metro Pop

Issue 409
1 06 2014

- 溫碧霞 47歲的反叛
- 自駕遊美國西南部
- 泡茶小日子
- Green B 小農夫實習課

擁抱小確幸




Panasonic
日本名模
長谷川潤
喚美新生
nanocare
Panasonic
納米離子蒸面機 EH-SA31
Panasonic Beauty
Panasonic Beauty and Health
信興集團 信興電器貿易有限公司
顧客服務熱線：2833 0955 www.panasonic.hk



Colour Your Summer
at COTAI STRIP
金光大道 盛夏本色
一同躍進金光大道，感受活力綻開的盛夏時光。
精彩活動數之不盡，入住兩晚，可享更多優惠，請即預訂！
THE VENETIAN
澳門威尼斯人
變形金剛盛夏住宿套票
• 雙人早餐或自助午餐
• 變形金剛30周年展覽入場券兩張
每晚由 港幣2,098* 起
CONRAD
MACAO, COTAI CENTRAL
澳門金沙城中心康萊德酒店
「真我奢華」住宿優惠
• 尊享以下其中一項優惠：
–每日免費早餐或
–免費升級入住豪華套房
每晚由 港幣2,298* 起
假日酒店
Holiday Inn
澳門金沙城中心
MACAO COTAI CENTRAL
「體驗夢工場」住宿套票
• 雙人「體驗夢工場」動畫明星早餐
每晚由 港幣1,598* 起
垂詢及預訂請登入www.cotaistrip.com 或致電免費熱線 001 800 3378 7825。
COTAI STRIP
RESORTS MACAO
金光大道度假區
www.cotaistrip.com



DreamWorks 夢工場
金光大道度假區

澳門及香港電影首映禮

首映日期：6月21日，星期六
時間：下午1:30
地點：澳門威尼斯人劇場

The Venetian 澳門威尼斯人
Sheraton Macao
CONRAD MACAO, COTAI CENTRAL
假日酒店 Holiday Inn
COTAI STRIP RESORTS MACAO 金光大道度假區
www.cotaistrip.com


acer
explore beyond limits™
Liquid | Z5
為生活注入光芒
• 5吋雙卡雙待手機，雙卡均支援3G/2G
• 獨家AcerRAPID™ 設計，一指啟動相機
• 前置喇叭配合DTS Sound™高清音效，聲音動人細膩
建議售價: HK$1,298
AcerRAPID™
* All brands and product names mentioned herein include trademarks of their respective companies and are used solely to describe or identify the products.
Acer Computer (Far East) Ltd
查詢：2821 0200
網頁：www.acer.com.hk
Acer Hong Kong
特約零售商:
特約經銷商:
SYNERGY
Acer and the Acer logo are registered trademarks of Acer Incorporated. All other trademarks, registered trademarks and/or service marks, indicated or otherwise, are the properties of their respective owners. Pictures are intended simply to illustrate the product.

O'Farm 綠色坊 有機店

全港分店超過 50間

We Care

關懷您心·體貼您身

MySenses

Natural Henna

快速純天然染髮粉 50克x2包

崇尚天然·零化學劑

- 100%不含化學染髮劑
- 不含苯二胺·雙氧水·阿摩尼亞
- 分子更細小·加快顏色吸收

試用價 $78/盒 原價:$89



日本首創糙米技術 40分鐘著色

(棕色) (棕黑色) (黑色)

天然酵素 清潔劑

✔天然 ✔環保 ✔無毒

天然環保有健康概念

- 活性酵素溫和分解污漬、有助抑制細菌
- 安全無毒配方·天然溫和·不殘留·不傷肌膚·健康更安心
- 高生物分解度·零污染

為孩子打造一個無毒無害的生活環境

- 不傷害衣物
- 不刺激肌膚
- 不添加毒性化學物質
- 適合小童、嬰兒及敏感性肌膚人士#

#洗衣液及洗衣粉

省能源更經濟

- 成分濃縮、少泡沫
- 省能源—省水·省電·省錢

活性酵素
- 溫和分解污漬
- 有助抑制細菌



洗碗液 洗衣液# 地板清潔液 洗衣粉#

清淨酵素系列優惠

凡購買天然酵素清潔劑產品,均可享以下折扣優惠:

優惠1 1件: 9折優惠

優惠2 2件或以上: 85折優惠

metropop 讀者優惠:
憑券到店可以
$10 換購即食蓮子
每人限換2包

港島區 天后 | 鰂魚涌 | 太古 | 上環 | 香港仔 | 薄扶林 | 西灣河 | 柴灣 | 筲箕灣

九龍區 黃埔 | 紅磡 | 何文田 | 九龍城 | 鑽石山 | 慈雲山 | 樂富 | 藍田 | 德田新 | 油塘 | 竹園 | 彩雲 | 旺角海富新

新界區 綠楊坊 | 荃灣廣場 | 葵芳 | 寶琳 | 坑口 | 麗景嶺 | 尚德 | 大埔 | 耀安 | 天澤新 | 頌富新 | 天耀 | 粉嶺 | 粉嶺帝庭軒 | 上水 屯門時代 | 屯門雅都 | 安定 | 良景 | 富泰 | 元朗 | 朗屏 | 東涌富東 | 東涌逸東 | 青衣長發 | 青衣翠怡 | 馬鞍山 | 沙田沙角 | 頌安新

即將開幕 富昌 | 禾輋 | 花都

客戶服務熱線:8111 1575 | www.ofarmhk.com O'Farm有機店

caring company

健康一線 8103-9992


SENNHEISER
GO FURTHER.
DISCOVER MOMENTUM.
MOMENTUM HEADPHONES
INSPIRED BY PEOPLE WITH MOMENTUM.
WHAT'S YOUR
MOMENTUM?
SHOW IT AT SENNHEISER-MOMENTUM.COM
www.sennheiser.com.hk
Find us on
Facebook
Sennheiser HK



香港區	TOTO A&D Centre	灣仔駱克道41號東城大廈1字樓全層	2238 2628	歐化浴室精品店	灣仔駱克道283號地下3號舖	2802 3008
	合隆建築材料有限公司	灣仔駱克道300號地下A舖	2802 2274		灣仔駱克道188號地下5號舖	2519 8188
		灣仔駱克道298號地下	2802 2296		灣仔駱克道188號兆安中心9樓901-903室	2802 3009
		灣仔駱克道293號地下	2802 2273	富聯國材(香港)有限公司	灣仔駱克道414號地下	2575 8228
		灣仔駱克道193號東超商業中心2樓	2802 2270	國利國材	灣仔駱克道277號地下	2598 0688
	國建東港富國有限公司	灣仔駱克道354號地下	2834 3488		灣仔駱克道361號地下	2598 0298
九龍區	歐化浴室精品店	旺角砵蘭街332-334號地下	2399 0028	逸達潔具建材有限公司	旺角砵蘭街298號地下	2397 6613
		旺角上海街710號地下A舖	2399 0668		旺角上海街634號地下	2397 8122
	麗彩富居	旺角廣東道1229號鵬東大廈地下	2396 9088	國利國材	旺角砵蘭街335號地下	2380 3918
	國建東港富國有限公司	旺角上海街658號地下	2391 9993	生利國際發展有限公司	牛頭角定富街97號富裕大廈地下7號舖	2386 0088
新界區	日東五金潔具	荃灣沙咀道353號地下	2419 1338	國利國材	元朗教育路51-61號紫荊樓E座地下	2478 2478
	暉建有限公司	荃灣德華街48號地下	2439 6001		大埔運頭街12 18號美華大廈B1A地舖	2638 2882
	國利建材	荃灣荃樂街13-17號荃樂大廈地下1-2號舖	2439 4788		上水新富路34號地下	2872 6078

*需受有關條款限制

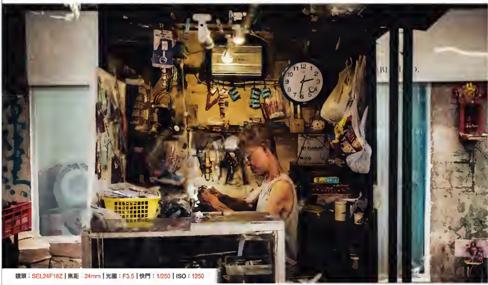


DCS
Dermatology
Cosmeceutical
Solution
Jeju Sea Water
萃取自濟州火山岩海水，
零污染，富含礦物質
通過皮膚敏感
專業測試
韓國
製造
AQUADERM
SUPER AQUAL AMPOULE
Jeju Lava Water
DCS
DERMATOLOGICALLY TESTED
AQUADERM 保濕鎖水精華
- 蘊含龍舌蘭仙人掌萃取物
- 舒緩及活化肌膚
$279
BRIGHTDERM 亮白淡斑精華
- 蘊含活性淡斑成分ILLUMISCIN
- 亮白及均勻膚色
$279
深致保濕·淨致美白
DCS 韓國「精華」遊
人氣Bloggers帶你穿越古今，尋找美肌秘方，立即
登入 Watsons HK 睇片，答啱問題即有機會贏走
DCS保濕鎖水或美白淡斑精華！
屈臣氏集團旗下機構
和記黃埔集團成員
watsons 獨家發售

SONY

α6000 0.06秒捕捉城市 一瞬不逝

text eva@ww photo 相關機構 design ewtam@ww 資料由客戶提供



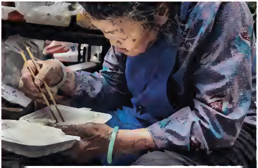
鏡頭：SEL24F18Z | 焦距：24mm | 光圈：F3.5 | 快門：1/250 | ISO：1250

時光隧道

賴憶南一日下午經過中環嘉咸街街市，見到排檔內一位叔叔專注地修理腕錶，那刻的觸動令他舉起α6000，以11連拍快速記下這一刻，他深信這些舊式行業將會買少見少，下次再來或許未必再遇見。他也愛重遊「舊地」拍攝照片，回頭再看舊照又是另一番意思，在平凡的生活中多留意身旁的人與事，不難發掘有趣的一面。

歲月質感

隨後賴憶南看到賣豆腐婆婆在忙碌過後吃午飯的身影，便打算拍下這一刻，因為她為生活而努力奮鬥感動了他。當他步近至極近距離，為了不想打擾她破壞布局氣氛，他沒看鏡頭以盲拍方式拍照，α6000的0.06秒快速對焦，在極速下精準地向目標對焦，連婆婆的髮絲、皺紋、手指等，都能細緻自然地呈現，令相片更具質感和菲林感。



鏡頭：SEL24F18Z | 焦距：24mm | 光圈：F3.2 | 快門：1/400 | ISO：1250

城市人的步伐急促得連四周熟悉的人事景物也沒留意，其實身邊有很多東西值得我們駐足細看。熱愛街頭速攝的賴憶南，每逢遇到觸動他的城市點滴，總愛舉機拍下那刻光影。他更愛隨身帶著 *α6000* 可換鏡頭數碼相機於都市遊走，它配備極速的0.06秒精確對焦，無論任何影像，他都能準確細膩地捕捉，一瞬不逝。誰說 The city is dying？只要用心觀察，我們隨時也可留住城市美麗一面。





鏡頭：SEL1670Z | 焦距：16mm | 光圈：F4 | 快門：1/4000 | ISO：400

追逐黃昏

只要有一片平地，任何場地也可變成合球場，當日一班香港合球隊成員便移師到海旁操練，這就是青春熱血。要拍攝他們衝勁活力的一面，*α6000* 絕對能輕鬆捕捉。上圖他們以極速奔向賴憶南，快門和對焦既快而準地拍下那速度感，就連他們肉緊、激昂的表情也真確呈現，讓人感受他們合拍的團隊精神。右圖球員在下午5時練球，賴憶南利用左方日落太陽斜照到青年的側光，既將他的線條輪廓勾勒，也完美地拍攝他跳躍和射球的動作，展現出澎湃活力。



鏡頭：SEL1670Z | 焦距：16mm | 光圈：F4
快門：1/3200 | ISO：160

α6000 可換鏡頭數碼相機



α6000
SEL24F18Z



α6000
SEL1670Z

- 全球對焦最快* 可換鏡頭數碼相機
- 2,430萬像素 Exmor™ APS HD CMOS 影像感測器
- 內置 NFC 及 Wifi 功能
- 配備 XGA OLED Tru-Finder™ 電子觀景器

* 截至2014年2月於配備APS-C無反光鏡可換鏡頭相機類別

想看賴憶南如何「攝」獵這個城市？
立即掃描此 QR code 欣賞短片。



Chief Operating Officer
Jacqueline Chan 陳凱恩

Editorial
Editor-in-Chief
Nik Cheung 張蔚樂

Executive Editor
Jeremy Pang 彭葉海

Editor
Ringo Fung 馮一豪
Kimmy Lo 盧敏琪
Sandy Ho 何鳳儀
Naomi Wong 王宇紅
Ling Mok 莫婷貴

Sub Editor
Michelle Ho 何詠詩
Elton Ng 伍華達

Head of Project Team
Desiree Lam 林寄語

Senior Project Editor
Alan Man 文暉倫
Ivy Yu 余詠彤
Kit Lau 劉潔瑜

Project Editor
Tiffany Leung 梁秀雅
Bonnie Tang 鄧蔓文
Claudia Li 李樂媚
Sora Leung 梁頌婷

Art
Art Director
Billy Cheung 張穎恆

Senior Designer
Man Man Ho 何佩雯

Designer
Blue Li 李維樺
Alice Choi 蔡淑婷
Mavis Chan 陳可言

Project Designer
Hang Wong 黃梓恒
Carman Hui 許嘉敏
Queenie Ho 何小媚

Photo
Chief Photographer
Tedd Cho 蔡卜聖

Senior Photographer
Michael James Whyte 韋子彬

Photographer
Franky Li 李家樂
Ho Ka Wai 何家威

Advertising Sales
Business Director
Simone Tse 謝倩雯

Sales Manager
Horus Tse 謝欣美

Account Manager
Angel Chan 陳安琪
Karman So 蘇嘉敏
Elaine Luk 陸倩齡

Account Executive
Wing Chow 周鉅富
Lavender Chung 鍾惠瑜
Yuki Lu 呂嘉敏

Senior Marketing Executive
Maggie Shaw 邵嘉美

Senior Event Marketing Executive
Cathy Chan 陳子東

Print / Production
Production Manager
Steven Wong 王振雄

Traffic
Traffic Coordinator
Andrew Leung 梁本允

Contents

issue 409
19.06.2014

This Week
16 **What's Up**
28 **Editor's Pick**
32 **Cover Story**
擁抱小確幸

Holistic Green
38 **Soul**
Ego Management
42 **Feature**
Green B 小農夫實習課

Lifestyle
50 **Dining**
包保小日子
61 **Travel**
美國東北部　自駕遊地質寶藏
文藝女生出走套裝
72 **Get Move**
最後一戰The Last Game
76 **Techno**
高智能世界盃
76 **Gadget**
Upgrade！職波裝備
81 **Talk Menses**
花前說月事

Fashion & Beauty
92 **Fashion Dialogue**
HK Upcoming Head Piece Designer
96 **DIY**
From Tank Top to Tote Bag
103 **Makeup**
Aqua Beauty
106 **Hot Item**
Unique Beauty
Sexy Summer Skin
115 **Summer Pick**
Sunshine is a Friend

Culture
126 **Talk**
温碧霞　47歲的反叛
132 **Exhibition**
命運調色盤
136 **Film**
電影的社會力量
138 **Instrument**
怪異鍵盤du-touch β
140 **Listings**
Platform
142 **Pop Choice**



指定回收箱
設於以下港鐵站

柴灣站、荃灣站、葵芳站、銅鑼灣站、鰂魚涌站、太古站、尖沙咀站、九龍站、青衣站、九龍塘站、東涌站、北角站、旺角站、觀塘站、佐敦站

Publisher
Metro Publishing HK Ltd
九龍觀塘鴻圖道 51 號保華企業中心 18 樓
Tel 3667 4800 Fax 3667 4888
www.metrohk.com.hk

Advertising Hotline
Tel 3667 4802 Fax 3667 4888
info.metropop@metrohk.com.hk

Marketing Hotline
Tel 3196 1636 Fax 2107 4033
marketing@metrohk.com.hk

Printing
凸版印刷（香港）有限公司
香港新界元朗工業邨福宏街一號凸版印刷中心

www.metropop.com.hk facebook.com/metropophk weibo.com/metropop

metropop metropop metropophk

©2014 metropop is published weekly by Metro Publishing HK Ltd. Nothing may be reprinted in whole or in part without written permission from the publisher


Lenovo®推薦使用Windows 8。
lenovo FOR THOSE WHO DO.
Flex 2 14"
• 搭載Windows 8.1作業系統
• 300度旋轉 雙模式筆記型電腦
• 10點觸控屏幕
• nVidia GT840M 4GB獨立顯示卡
突破常規 綻放多型
Lenovo推出多型系列電腦產品，機身隨意變換，隨你創新互動！
Lenovo 多型系列
筆電模式
Flex 10"
平板模式
MIIX 2 11" (i5)
帳幕模式
YOGA 2 Pro (i5/i7)
直立模式
YOGA 2 13" (i3/i5)
#1 PC VENDOR WORLDWIDE
Lenovo全球No.1個人電腦生產商#
Lenovo HK
800 938 881 | lenovo.com/hk
Work easy. Play hard.
Windows 8

sincere先施 THE HONG KONG POLYTECHNIC UNIVERSITY 香港理工大學 INSTITUTE OF TEXTILES & CLOTHING 紡織及製衣學系 now TV



全新破格真人SHOW
韓風時裝知識大解構

羅沛琪
nowTV主持

now TV X 先施百貨 X 香港理工大學 攜手製作

FASHION SEOUL 大激戰



楊柳青 nowTV主持

近年韓星已經成為潮流服飾的指標人物，nowTV決定搞搞新意思，伙拍先施百貨及理工大學紡織及製衣學系打造真人騷—“先施呈獻：Fashion Seoul 大激戰”！

節目中選拔12位理大服裝及設計系的學生，遠赴韓國首爾買衫入貨，再運返香港開設Pop-up Store銷售，從而揭示時裝業營運背後的大智慧！

而先施百貨副主席及行政總裁馬景煊先生及薛凱琪聯同nowTV主持羅沛琪(Pinky)和楊柳青(Wiyona)更親自帶領十二位理同學遠征首爾，一同感受時裝買手的苦與樂！

比賽實況全程記錄 時裝買手唔易做

學生們去到韓國，在不足96小時的行程內，橫掃東大門，明洞、梨花女子大學購物區及弘大購物區，他們由採購服飾的款式、數量，甚至議價全部一手包辦。工作量之繁重，挑戰學生體力和精神的底線。

買衫入貨固然難，賣衫難上加難；學生返港後要親自打點Pop-up Store的一切，從佈置櫥窗設計、替服飾定價、訂定宣傳策略做到足，連面對面向顧客推銷都要同時兼顧！學生都話：時裝買手唔易做！

Wiyona盡顯模特兒本錢，著上學生所買服飾遊走首爾街頭，入型入格！

買手知識與貼士，睇你知唔知

節目內提供不少業界專業人士、理大學者、韓國弘益大學教授等分析韓國時裝及時裝業營運的小知識。

陪伴同學一起在韓國掃貨還有nowTV兩名主持羅沛琪(Pinky)及楊柳青(Wiyona)

Pinky作為nowTV觀星台韓星資訊節目《K Zone韓鮮卷》的主持，在節目中定期和韓國電視台以至韓國訪問互動，對韓國潮流瞭如指掌。在今次節目中她就為學生帶來最新韓風資訊、教他們如何襯出最潮韓流Mix and Match。

Wiyona既是Model也是一位網上韓國服裝店的老闆，擁有多年售賣韓國時裝經驗的她，不時親臨韓國入貨、在東大門如何和老闆講價、哪間店舖款式最靚最抵她都一清二楚。節目中Wiyona更會教大家在韓國買衫入貨的精明小貼士，各位韓流Fans記得留意！





薛凱琪深夜「爆房」！學生忙於收拾戰利品，Fiona特意替佢地打氣！



學生買衫有冇眼光？一於問下Pinky啦！你睇班學生幾留心聽Pinky講貼士！



星級嘉賓沿途打氣 學生努力實現時裝夢

學生在韓國日以繼夜掃貨，返港後馬不蹄籌備Pop-up store的開幕，之後更要輪流在店舖內當值售貨，過程相當艱苦。

幸好這次採購團的老闆先施副主席及行政總裁馬景煊先生和團長薛凱琪不停為學生加油，令學生可以繼續努力實現他們的時裝夢！

馬生沿途出錢又出力，親身陪同學生一起買貨，回港後又不時落舖觀察及鼓勵他們；薛凱琪分享不少時裝上的見解，更在韓國旅途中到學生的酒店房間為他們打氣！為緊張的比賽帶來溫馨和親切的場面！



首爾東大門夜晚氣溫差唔多攝氏零度，當然要振臂歡呼激勵下士氣啦！

FASHION SEOUL 大激戰

now 香港

播出日期：2014年6月22日(逢星期日播出，一連6集)
播出時間：晚上7點正
播出平台：now100台

TEXT · TIFFANY & CLAUDIA PHOTO · WAI DESIGN · W @POP（廣告）

Looking for the Perfect Match

葡萄酒有著一種神秘感，不同年份、莊園的泥土、陽光、氣溫等都會種植出不同味道的葡萄，在提煉、發酵的過程亦隱藏著各種未知之數，直到開啟酒瓶的一刻，才嚐到蘊釀以久的驚喜；當葡萄酒再與某種美食邂逅，兩者產生的化學作用更使彼此提升到另一層次，這就是所謂的 perfect match，成為餐飲中形影不離的一對。

When red wine meets steak

一口牛排，一啖紅酒，酒中的單寧能中和脂肪的油膩，令味道更有層次，使兩者成為公認的一對。不過不同部位的牛排脂肪分佈有別，適合配搭單寧含量不同的紅酒，偏瘦的部位可配搭單寧含量低的紅酒。例如 Filet，是牛腰內最嫩的部分，是牛脊上的肉，肉質甜美，脂肪含量較小，可配單寧含量較少，果香清淡，帶點煙燻、皮革味的紅酒為佳。靠近牛胸部肋肌部的 Rib Eye 肉質鮮嫩，油花呈大理石紋，可配酒體強勁，有成熟果味與餘韻帶少許辛辣口味的紅酒，平衡牛排的油膩感。



Apothic Red Winemaker's Blend California 2012

品嚐牛排肥美鮮嫩的部位時，不妨選擇來自美國加州的 Apothic 紅酒，酒體豐厚，是由 Syrah、Zinfandel、Merlot 和 Cabernet Sauvignon 調配而成，充滿黑莓和櫻桃果香，輕帶 Mocha 咖啡、焦糖和 Vanilla 的辛辣味道，口感軟滑柔順，能中和肉食的油膩感外，還提升整體味道。

Cheese, Cheers!

芝士與白酒又是另一對絕配，白酒能讓人品嚐芝士專屬的味道，還可留住芝士的餘香。味道較濃的芝士可配 strong wine，反之可配果味較重的白酒，例如山羊芝士，味道濃烈帶點果仁香味，適合配上酒體較乾身的白酒；而口感軟滑香濃的藍芝士，可配甜白酒。與芝士配搭時不妨考慮 Apothic 白酒，由 Chardonnay、Moscato 及 Riesling 等葡萄調配而成，豐富桃子、菠蘿等熱帶水果的香氣，輕帶淡淡花香，清新怡人，與 Apothic Rose 一樣能為仲夏抹上一點甜。

Free Wine Tasting

想細嚐 Apothic 的葡萄酒，可參加在百佳超級市場內舉行的 Apothic 試酒推廣活動，顧客於下列店鋪購買 Apothic 葡萄酒 $300 或以上 (以單一發票計算)，將可獲贈精美 Apothic 開酒刀禮盒乙份。數量有限，送完即止。

日期：6 月 20 至 22 日，6 月 27 至 29 日
時間：上午 11 時至晚上 7 時
指定店舖： 西九龍奧海城、將軍澳新都城中心二期、青衣城、沙田好運中心

metropop X Apothic 送禮活動

參加方法：
登入 metropop app，進入「metropop X Apothic」遊戲頁回答簡單問題，答對問題並於第 1、5、10 位…（如此類推，名額 50 個）遞交登記表格，
即可獲贈 Apothic Red 紅酒 2 枝 (價值 HK$198)

2014 年 6 月 25 日晚上 11 時 59 分截止登記
名額有限，送完即止

*活動只限 18 歲或以上人士參加，條款及細則請參閱活動登記表格

免費下載 metropop app

Download on the App Store　ANDROID APP ON Google play　metropop

百佳超級市場獨家發售

DISCOVER YOUR DARK SIDE



www.apothic.com

01 This Week what's up

1

PHOTOGRAPHY

「《坦克人》與照相新聞學的藝術轉變和專業」展覽

在血腥鎮壓天安門一帶的示威後，一名男子拿著袋子獨自走向長安街的中心，並截停向前開動的中國坦克，男子命運如何至今仍然成謎。照片不僅贏得法國獨家新聞獎及意大利撒丁獎，還成為普立茲新聞獎入選決賽的作品。香港大學美術博物館展出美國攝影師 Jeff Widener 拍下的《坦克人》，這張照片紀錄了 1989 年 6 月發生的天安門事件，並以一組十二張的形式於展出。

日期：即日至 6 月 29 日
時間：09:30-18:00（星期一至六）/ 13:00-18:00（星期日）
地點：香港大學美術博物館
網址：www.hkumag.hku.hk/main.html







THEATRE

法國五月「巴黎・丹青」二十世紀中國畫家展

巴黎是歐洲的藝術和文化之都，當地的自由氣氛讓各種思潮均能醞釀成長。而自 20 世紀伊始，那裏也是一代代中國畫家磨練畫藝的泉源。法國五月之重點節目《巴黎・丹青》展覽將於香港藝術館舉辦，展示多位二十世紀於中國畫壇掀起翻天覆地變革的大師作品。

日期：6 月 20 日至 9 月 21 日
時間：10:00-18:00（星期一至三、五）
10:00-19:00（星期六、日、公眾假期）
地點：香港藝術館四樓

2



SWAP

3

藝綻公園第二擊：ArtAlive 交換草場

現代社會素來以金錢作為物品或服務交易的媒介，很多時人與人、人與物品的關係，往往變成純粹的一買一賣。如果我們跳過這個中介，回到最原始的方式：以物品或服務互相交換，在無金錢的「交易」下，這些關係會變成怎樣？草原地圖歡迎大家到香港的金融中心—中環的海濱長廊草地鋪設地攤，自由地與其他人溝通、交換。

日期：6 月 28 日、7 月 12 日
時間：15:00-20:00
地點：中西區海濱長廊（中環段）







lenovo FOR THOSE WHO DO.
傳情❤過電
Lenovo S860、S660 智能手機配備超強電池，
配備 4,000mAh 電量的 S860 更可為其他手機充電#，讓你盡情享樂。
點算呀?!
我冇電喇!
唔洗驚，我用左成日
都仲有大把電，
等我過D俾你啦!
S660
•4.7" qHD IPS 屏幕
•3,000mAh 可更換式電池
•雙卡雙待 (3G + 2G)
S860
•5.3" HD IPS 屏幕
•4,000mAh 嵌入式電池
•雙卡雙待 (3G + 2G)
Vibe Z
Vibe X
S930
S860
S660
S650
A859
A850
現凡購買以上指定型號智能手機·即有機會贏取$2,000旅遊禮券*。
快啲上 Lenovo mobile HK facebook 專頁了解詳情啦!
Lenovo Mobile HK
lenovo.com/hk
香港及澳門總代理
Brightstar
熱線 +852 8118 0800
電郵 cs.hk@brightstarcorp.com





MUSIC

「仙人繞境 生祥樂隊 2014 我庄巡迴」香港站

生祥樂隊關注農工　環境議題，音樂上則以台灣傳統音樂元素為基底，並協調西方音樂，成為台灣獨樹一格的新民謠搖滾樂種。去年 12 月的香港自由野音樂節，樂隊對話豐富的創作與令人驚艷的演出令人難忘。今次再度來港，他們將演繹去年的金音創作獎評審團大獎作品「我庄」，樂評馬世芳認為這張專輯「拿到全世界都足以讓台灣人抬頭挺胸」。

日期：6 月 21 日
時間：19:30（入場）
20:00（開演）
地點：九龍灣國際展貿中心 Music Zone
演出：生祥樂隊
特別來賓：鍾氏兄弟
票價：$220（預售）
$250（現場）
購票：www.ticketflap.com
查詢：infrasound.tw@gmail.com





EXHIBITION

「與香港一起成長—共創綠色將來」藝術展

香港堆填區面臨飽和，富士施樂（香港）自 2010 年起已成功取得 99.9% 循環再生比率，是本港首個成功實現「零堆填」的環保先驅。今次富士施樂（香港）再與兒童心臟基金會攜手合作，舉辦全港首個以回收多功能辦公室設備機殼及組件砌成的裝置藝術展覽，向社會各界展示廢物循環再生的可能性。

日期：6 月 21 至 30 日
時間：08:00-22:00
地點：中環德輔道中 80 號中環街市 2 樓行人天橋「城中綠洲」



PHOTOGRAPHY

"The Game is Killing The Game"《殺獵遊戲》

David Chancellor 的紀實攝影系列全方位去呈現南非洲狩獵野生動物活動的面面觀，涵蓋範圍從職業狩獵者到被獵的野生動物、再到將獵物以戰利品形式一動物標本作公開炫耀的景象。以往人類狩獵是為了充饑或生計，如今謀殺生命只作為消閒娛樂，在人人講求動物權益的當下，Chancellor 的作品叫我們反思這種古老卻不文明的「體育運動」。

日期：6 月 28 日至 8 月 24 日（逢星期四至星期日，公眾假期休息）
時間：12:00-19:00
地點：觀塘偉業街 169 號中懋工業大廈 4 樓 B1 室 The Salt Yard
網址：www.thesaltyard.hk
查詢：info@thesaltyard.hk



you make me whole

古希臘哲學家柏拉圖曾引述一則神話：
人類本來雌雄同體，後來被劈成兩半，
從此成為不完整的男人、女人，
在世間尋覓失去的另一半。
找到了，當然一生一世，永不分離
再為他／她戴上戒指，
告訴全世界你倆是命中注定的一對。
周大福今年主打求婚鑽戒連結婚對戒套裝，
正是「一生一世」愛的宣言
求婚鑽戒上的一顆主石，
加上男女裝對戒上的四顆和三顆鑽石，
藉數字1314諧音，承諾一生一世，矢志不渝
新娘將求婚鑽戒及婚戒同時戴於左手無名指上，
鑽石更巧妙地連成一線，
就像你倆之間的緣分紅線。



（左至右）
18K玫瑰色及白色黃金美鑽對戒　男裝約HK$5,800起／女裝約HK$3,600起／18K玫瑰色及白色黃金美鑽求婚戒指約HK$11,300起

（左至右）
18K白色黃金美鑽求婚戒指約HK$11,300起／18K白色黃金美鑽對戒，女裝約HK$3,700起／男裝約HK$5,500 起

周大福客戶服務熱線　2526 8649
www.chowtaifook.com



我們的小秘密

三款求婚鑽戒連結婚對戒套裝還有一個甜蜜小設計，戒指臂上的小鑽石平放重疊放置時可拼成兩個心形，就像你在茫茫人海中找到另一半，兩人互補不足，人生從此圓滿。



01 This Week
what's up

7





MOVIE

電影 "N+N"

賴恩慈劇情短片 "1+1" 裡兩爺孫面對城市急速發展的故事意猶未盡，今次延續簡約、率性、自然的電影風格，將 "1+1" 對我城消失事物的寄意放大 N 倍，變成首齣劇情長片 "N+N"。慈祥爺爺與精靈孫女，繼續在立法會外，天星碼頭遺址旁以富貴竹祝福城市。他們居住的菜園村為了讓路高鐵而拆掉，而我們的城市裡還有更多人被毀家園……只要一息尚存，他們也會竭力保存急速流失的集體回憶及每一棵有生命的樹。

日期：6 月 21、28 至 30 日、7 月 3 日
地點：油麻地百老匯電影中心
網址：www.cinema.com.hk
facebook：N+N 電影

GO LOCAL

「我這一代沙田友」沙田屋邨導賞團

沙田是香港第一代「衛星城市」，曾承載著對新時代美好生活的想像。區內土生土長的 80 後「沙田友」將會帶領團到訪禾輋邨及瀝源邨，實地考察七、八十年代的理想社區和居所設計，追溯屋邨外貌及休憩娛樂等配套設施的演變，至改由領匯管理後的景象。行程亦包括沙田的地標食肆，包括星級食肆「龍華酒店」、擺滿藝術品的「盛記麵家」，尋回久違了的地道人情味。

日期：6 月 28 日
時間：10:00-12:00
集合地點：沙田港鐵站
收費：$120
查詢：2291 0238 / info@cache.org.hk
網址：www.cache.org.hk

8







THEATRE

林海峰 x 葛民輝
《笑の大学》三谷幸喜舞台劇

林海峰與葛民輝今次首度演舞台劇，選了金牌編劇三谷幸喜的作品《笑の大学》作演出，連環引發爆笑催淚彈。這是一個向「喜劇」及喜劇作家致敬的故事，最神奇的是，喜劇竟然不可以有笑料？這絕對是個矛盾大對決，無論在任何惡劣的社會環境，誓要保住大眾對「笑」的渴望，捍衛創作自由。

日期及時間：8 月 1、2、5 至 9 日 20:00
8 月 2、3、9 日 15:00
地點：香港藝術中心壽臣劇院
票價：$380-$580
信用卡電話購票：2111 5999
網上訂票：www.urbtix.hk
查詢：9612 7547
網址：www.nonsensemakers.com

9

THEATRE

《王丹》六四舞台

那火紅的時代、那些熾熱的心，嚮往過的世界，變成牢獄內的春夏秋冬。六四舞台是一個非牟利註冊團體，由一群志同道合、理念相近的志願人士組成，以藝術表演介紹八九民運及「六四」事件，喚起年青一代，對中國民主運動的關注。是次「六四」廿五周年劇目，再次邀得六四樂隊現場演出，將王丹詩句配合音樂呈現於舞台。

日期及時間： 6 月 20 日至 6 月 22 日 19:30
6 月 21 日至 6 月 22 日 14:30
地點：香港藝術中心壽臣劇院
票價：$260 / $180
網上購票：www.urbtix.hk
電話購票：2111 5999
查詢：edelweiss@stage64.hk
網址：www.stage64.hk

10



中銀信用卡



憑中銀信用卡於全港旅行社單一簽賬每滿HK$5,000或以上，可享**3%簽賬獎賞**；
使用「中銀銀聯雙幣信用卡」更可享**5%簽賬獎賞**！

推廣期：2014年6月1日至8月31日 • 登記熱線：8228 2277 • 登記期：2014年6月1日至9月2日

此外，憑卡於下列指定旅行社簽賬，更可專享高達**HK$3,000折扣優惠**:

香港中國旅行社 康泰旅行社 Jetour 捷旅假期 安捷旅運 SIA Holidays 太古旅遊 TLX

以中銀VISA/萬事達信用卡經中銀集團保險網頁www.bocgroup.com/bocg-ins
成功投保旅遊"易"綜合保，可享保費**85折**及**2倍**簽賬積分獎賞！*

中銀信用卡24小時推廣熱線 **2108 3288** | **www.boci.com.hk** | 中銀香港手機程式

推廣期內每名客戶(以身份證號碼計)最多可獲贈HK$300簽賬獎賞。優惠受有關條款及細則約束，詳情請瀏覽www.boci.com.hk或參閱有關宣傳單張。
*有關條款及細則請瀏覽www.bocgroup.com/bocg-ins。

中銀信用卡(國際)有限公司為中銀香港集團成員

中國銀行(香港) BANK OF CHINA (HONG KONG) NCB 南洋商業銀行 集友銀行

01
This Week
what's up



11

QUESTIONNAIRE

反映「你」想公園

「我希望公園可以爬樹、可以玩水槍、可以自由擺地攤彈結他……」你的理想公園是怎樣呢？西九文化區管理局正就如何營運及管理將來西九文化區公園展開公眾意見調查，以問卷形式進行，內容提及街頭藝術的限制、單車地場地規劃，以及新增其他公園設施等意見。如果你覺得草地應自由開放（最基本可以瞓草地吧），甚至想擁有更多像日本 Fuji Rock 般的戶外音樂節，一起填問卷反映意見。

日期：即日至 6 月 29 日
地址：www.westkowloon.hk/parksurvey





12

SEMINAR

創意 DIY 書展「簡介會」

小時候「我的志願」是做作家、漫畫家？長大後點子多多，但種種原因忘記夢想？參加 Ymcart 舉辦的第八屆「自發作」創意 DIY 書展，或可一圓出書夢。相信自己，衝破限制，用一雙手及轉化有限資源為無限創意，替自己開闢一條發表創作路。過往已有多位參加者投身設計或創作行業。報名前，記得參加簡介會，聽聽過來人分享創意小貼士。

簡地會日期：7 月 6 日
簡地會地點：16:00-18:00
書展日期：2015 年 1 月至 3 月
對象：16-29 歲香港青年
查詢：2268 7714 / 2268 7032
facebook：YMCArts in Education Project




since 1964
HITACHI
Inspire the Next
冷熱交替
活現花樣美肌
HadaCRiE
Hot&Cool
日立溫熱冰肌離子清潔及保濕器
HITACHI × Crabtree&Evelyn
由2014年5月23日至7月31日
選購Hada CRiE日立離子美容器
CM-N28000BF、CM-N8800BF即可免費獲贈
Mini Hair and Body Care Gift Set
乙套。優惠期有限，贈品送完即止。
送
價值HK$215
雙導頭設計
熱
冷
收緊毛孔
日本製造
2年
原廠保養
保用條款請
參閱日立網頁
HadaCRiE
Hot&Cool
MADE IN JAPAN
清潔毛孔
保濕滋潤
收緊毛孔
化妝水
有化妝膜
無化妝膜
或
面膜/乳液
Step 1 溫熱清潔美容 HOT CLEANSING 以離子導出污垢
Step 2 溫熱強化保濕 HOT MOISTURIZE 以離子導入化妝水
Step 3 溫熱面膜 HOT MASK 加強保濕成分滲透
Step 4 冰涼美肌 COOL 瞬間冷卻 收緊毛孔
註：以上為CM-N28000BF之功能，4個模式可因應自己需要而選擇。以上圖片均屬示意圖。
香港日立有限公司諮詢熱線 2770 0377 www.hitachi-hk.com.hk

text - yuki_isabel photo - mike make - up and hair - Hilary@colouryourfaces design - fion（資料由客戶提供）

Nikon 1 V3數

每一張照片，都是一個故事！
喜歡攝影的人，
大概也是喜歡分享故事的人。
相機品牌Nikon，
為了讓大家細緻捕捉故事最精彩一刻，
享受攝影樂趣，
推出全新Nikon 1 V3可換鏡數碼相機，
以極快的速度及精準的相位偵測AF，
將動感時刻完美保留。
大家可以在今個春夏盡情玩、
盡情影！





最快連拍速度 捕捉完美影像

Nikon 1 V3擁有高速的連拍速度，是拍攝動態場景的最佳幫手。在開啟自動對焦的情況下，使用電子快門時，能以每秒約20張的速度於2秒內拍攝高達40張影像；而當使用機械快門時，相機則能以每秒約6張的速度在8秒內拍攝多達50張影像。無論在草地奔跑或是開心跳起，都可以完美捕捉！

翻揭式螢幕 隨心拍攝

翻揭式螢幕方便找出理想構圖，讓拍攝變得靈活方便。Nikon 1 V3的螢幕可向下擺動約87度，以便進行高角度拍攝；或向上擺動約170度，作低角度拍攝。機背和機面分別設有主指令撥盤和副指令撥盤，提供與數碼單鏡反光相機相似的操作模式，調校如快門速度等設定時更得心應手。今個夏天，想點影就點影！





輕觸式螢幕 簡易操作

Nikon 1 V3是Nikon 1系列中首部配備輕觸式螢幕的相機，操作介面方便易用，隨時一按即拍，捕捉珍貴畫面，一切就在彈指之間。





碼相機 分享動感故事



內置Wi-Fi®功能 精彩即時分享

相機內置Wi-Fi®連線功能，可以將相機內的照片及影片透過Wireless Mobile Utility*應用程式，傳送到智能裝置，再上載到社交網站，隨時隨地都可以同朋友share創意影像。

*Wireless Mobile Utility應用程式，可於App Store及Google Play免費下載。





Nikon 1 V3 可換鏡數碼相機

- 1,839萬像素CX格式CMOS影像感應器
- EXPEED 4A數碼影像處理引擎
- 先進混合自動對焦系統（焦平面相位偵測自動對焦及對比偵測自動對焦）
- 3吋 TFT LCD 觸控螢幕，配備亮度及角度調整功能
- 1080/60p全高清D-Movie攝錄
- ISO 160至12800 低雜訊性能
- 配備 Wi-Fi® 連線功能

查詢 2907 1122

www.nikon.com.hk

01 This Week
editor's pick



北歐巨人

COS是近年遇上最驚喜又令人摸不著頭腦的品牌，這源於我從未經歷過的買衫體驗。首先，本人一向是穿中碼的，人生中相信只有一兩回買細碼衫。第一次走進這個北歐品牌的店舖試衫，試中碼，不稱身，試細碼，也不稱身，最後，竟然要穿加細碼。那刻在想，這些是造給維京人穿的嗎？

跟著問題又來了，加細碼的存貨一般較少，所以往後到COS經常出現缺貨情況，看中心頭好也空手而回。但他們的設計著實叫人期待，極簡約的剪裁總暗藏細節驚喜，就像一件表面看來平凡不過的tee，衫腳其實用了特別技術黏合，而不是縫合出來，這樣便可令衫身看上去更整齊貼服，表現出設計師想要的cutting。那次缺碼又要落空之際，心想既然他們的設計如此簡約，就算買女裝相信也不會顯得女性化。最後得手了，今次不用再穿加細碼，細碼剛好了。

COS最近新貨上架，有買快手！

JEREMY







姆明燈

今年是姆明作者Tove Jansson的100歲誕辰，分別跨介別推出新款汗衣及鞋款，但始終覺得，於芬蘭出產的姆明產品才算得上是正貨。芬蘭今年推出了很多姆明產品，可惜由於香港的姆明fans並不多，相關產品只能在小店中零星地尋得，而且價錢不菲。最近發現姆明原來有網店，由掛飾到食品到床上用品一應俱全。當中最搶眼是這一系列The Moomin Lamp， 創作人Feelis Helsinki還邀得北歐著名家具設計師Harri Koskinen共同設計，物美價不廉，未計運費，最小號的售價也需要169歐元。姆明fans，儲錢吧！

網址： www.moomin.com/en/shop

JILLSANDY



電能生活 廚藝無窮 · A Taste of Modern Living

2014

7.8 月份 精選課程

烹飪示範班 · 二小時課程示範班 · 烹飪實習班

興趣科課程 · 英文主講課程

兒童及青少年烹飪班及興趣班



- 全部課程可於以下方式下載：
  - 瀏覽網址www.hkelectric.com/hmc
  - 簡易掃一掃，下載課程
  - 手機下載「港燈低碳App」以瀏覽最新課程資料

粵式鮮果入饌

全課程三講，逢星期四
8月7日 開課
下午6:30 ~ 8:00
學費：$270
(烹飪示範)



鈎針編織班 － 立體花

全課程八講，逢星期五
7月4日 開課
上午10:30 ~ 下午12:00
學費：$480
材料費另計，全課程約$600



二人同行優惠

兩人同時報讀任何同一個完整之七/八月份課程，兩人均可享有六折優惠。

註：其中一人必須是未曾報讀港燈家政中心任何課程之新學員。
此優惠只適用於學費。
此優惠不適用於兒童及青少年課程。
此優惠不可與其他優惠券或優惠同時使用。

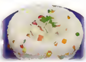
多個暑期兒童及青少年課程以供選擇

兒童及青少年烹飪實習班

7月28日起開課
全課程四講
學費由$600至$680

兒童及青少年興趣班

7月4日起開課
全課程四至六講
學費由$240至$320
材料費另計





暑期兒童及青少年課程優惠

凡同時報讀任何兩個完整暑期兒童及青少年課程，均可享有九折優惠。

* 課程圖片只供參考

- 或致電2510 2828查詢 · www.facebook.com/hmcfansclub

如欲索取詳盡課程手冊，請將下列表格填妥，寄回
香港北角城市花園道28號電燈中心10樓 港燈家政中心

姓名：　　　　電話：

地址：

港燈 HK Electric　　港燈家政中心 Home Management Centre

01
This Week
editor's pick



植物蛋黃醬

嚴謹的素食人士，連蛋也不吃，Just Mayo 植物蛋黃醬，正好符合他們的需求。由植物油、黃豌豆取代雞蛋，不含膽固醇，另加入檸檬汁，既保留蛋黃醬的味道及質感，亦更開胃，而且成分絕無基因改造，天然健康。除了原味外，更有墨西哥辣椒、拉差辣椒、蒜茸等四種味道選擇，夏日炎炎，是烹調清新沙律、三文治的好配搭。產品於 GREAT 有售。

售價：$19.5 / 8oz

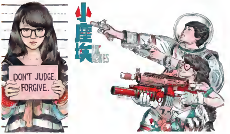
NAOMI



小塵埃的音樂態度

這時代，唱歌的人很多，有態度的人愈來愈少。平原習作成員 LIL' ASHES 小塵埃用音樂將態度宣之於口，剛推出大碟 "Be Little"，有句歌詞是這樣："Don't Judge, forgive", "Don't Condemn, should give"，很值得細心一聽。他們今次亦找來插畫家門小雷設計封套，一幅幅漂亮插圖，將 "Be little" 反璞歸真的概念表達得淋漓盡致。很久沒買專輯，why not bring some music home?

LING



你分得出哪副是因、
哪副是果嗎？



眼鏡之因果

很喜歡《大隻佬》這電影，電影那句佛理「萬般帶不去，只有業隨身」，最能點醒紅塵癡人。想不到竟然會有眼鏡品牌把這概念融入眼鏡設計。日本傳統手造眼鏡品牌善德，以佛理中的因果報業為靈感，推出名為「業」(Karma) 的系列，表達人若離世後甚麼都帶不走，只有在世時所作的「業」陪他去。所謂有因必有果，佛學中的「業」乃由因果組成，這系列亦不例外，分別有「因」(Cause) 和「果」(Effect) 兩個型號，全球限量發行 100 套。純鈦的鏡臂運用獨創的「光亞面相融」處理，寓意「人生光暗面」，來表達色空相伴，因果相隨的哲理。

KIMMY

「因」(Cause) 眼鏡 $3,800
「果」(Effect) 眼鏡 $3,800



Dove
POND'S
St Ives
Blogger
潔面教主
Hana Tam
教妳潔顏裸肌第一步
必試! 教主最愛潔面之選~

TEXT · SORA & TIFFANY PHOTO · TEDD DESIGN · SK @POP（廣告）

First Step
to Get Flawless Skin

夏至未到，女士們已想摒棄厚重的妝容，紛紛投入自然透薄的無瑕裸妝，塑造出恍如天然的潔淨肌膚。坊間大多數無瑕裸妝的小秘訣都是以底霜、BB Cream、CC Cream、遮瑕膏等入手，然而，近距離接觸的一瞬間便會暴露了臉上細微的瑕疵，要真正擁有健康無瑕裸肌，應先做好肌膚深層潔膚，這才是打造完美裸肌的第一步。

Caring our Skin in One Step

「徹底卸妝後，再深層潔面、最後拍上適量的化妝水」，相信這是大家耳熟能詳的潔膚步驟，原來卸妝、潔面、化妝水都能夠一 take 過完成，又能深層潔淨肌膚。Dove 的 3 合 1 卸妝洗顏保濕慕絲，結合了保養肌膚的 3 大步驟，細緻、豐盈、綿密的泡沫質感，不僅能輕易黏附毛孔內的污垢，同時能溫和對待肌膚、輕輕搓揉即能徹底卸去臉上的彩妝，並深層潔淨油脂污垢。獨特配方更添加三分一保濕化妝水成分，預防潔膚後乾燥繃緊的感覺，保持水嫩滋潤，從「深」出發散發裸肌光采。

Beauty Tips

面部深層清潔最基本的步驟就是卸妝、潔面、去角質及敷深層清潔的面膜，每次洗面最好用室溫水，及在面部打圈按摩，能夠刺激臉上的微血管收縮，幫助收毛孔。



Dove 3 合 1 卸妝洗顏保濕慕絲 150ml



1 St Ives 去黑頭磨砂潔面膏 170g
2. Pond's 深層淨顏卸妝油 175ml
3 Dove 泡沫卸妝油 155ml
4 Dove 極緻豐盈泡泡潔顏乳 98g（連「呵泡網」）

Bouncy Cleansing Foam

潔面時，肌膚容易流失水分，並會因磨擦而受到傷害。Dove 推出的極緻豐盈泡泡潔顏乳，配備獨創的「呵泡網」，能令潔面泡沫質感更豐盈幼滑，減少與肌膚磨擦，添加親膚滋潤精華液 Nutrium Moisture® 能深層修護肌膚並鎖住水分。想卸除頑固的彩妝可選用 Dove 泡沫卸妝油，泡沫質感能輕鬆清除睫毛液及殘留於毛孔內的妝容。

Beauty Tips

泡泡質感的潔顏產品不單呵護肌膚，而且吸附力強、拉力強，能輕易深入毛孔，吸住油脂及污垢，再拉走，有效潔淨肌膚。

Refresh our Skin

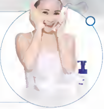
夏天潮濕悶熱的天氣令肌膚感覺黏膩，清爽強效的 Pond's 深層淨顏卸妝油，能夠深層徹底卸除彩妝，蘊含 3 種溫和的植物油成分，滋潤及保濕同時讓肌膚感覺清爽。加入 100% 天然去角質成分及水楊酸的 St. Ives 去黑頭磨砂潔面膏，能夠去除臉上的油脂污垢，並深入肌膚底層潔淨毛孔，減少黑頭及粉刺的形式，讓肌膚時刻保持乾淨清潔，輕易締造天然無瑕裸肌。

Blogger
Hana's Beauty Lesson

潔面是美肌的基本步，看似簡單卻又有很多秘訣，例如如何挑選潔面產品、潔面技巧、水溫等都帶來不同效果，有「潔面教主」之稱的 blogger Hana，在潔面課堂內分享當中心得，想深入了解潔面秘訣，不妨在網上緊貼 Hana 的潔面課堂吧！

Topic 1
泡泡潔顏物語

Topic 2
深層潔面技巧



Dove 3 合 1 卸妝洗顏保濕慕絲 150ml 及
Dove 極緻豐盈泡泡潔顏乳 98g（連「呵泡網」）於萬寧獨家有售

擁抱小確幸

差利‧卓別靈[1]（Charles Chaplin）曾說：“Life is a tragedy when seen in close-up, but a comedy in long-shot.”
人傾向短視，這種視野令人放大痛苦，忽略了身邊微小而確實的幸福，即是日本作家村上春樹[2]所提出的「小確幸」。
小確幸可能只是一件小事：親友提出爽約，最後如期赴約；沒有帶傘子的下雨天，有陌生人走來撐起雨傘送你走一段路；患病乏力時，家人送上一碗白粥。
小確幸可能只維持數秒，但那份感動與快樂卻可以是一生的。然而，幸福不能 take it for granted，守護點點幸福其實是一份責任，每個人都有責任令自己活得更好，讓自己健康、知足、常樂、安心。這些正能量令我們即使遇上逆境，也有力量撥開雲霧，抓緊小確幸，成就快樂人生。

TEXT · BONNIE & KIT
PHOTO · MICHAEL TEDD & 受訪者提供
DESIGN · MOSQUITO
MAKE UP & HAIR · MABEL & CALI WONG@BEAUTY FATE

幸福 始於安頓心房

人生沒完美，總有順流逆流，但卻可以幸福。小確幸總在身邊兜轉，觸手可及，例如與家人共晉晚餐，放工回家後享用到熱騰騰的老火湯，甚至媽媽的「落雨記得帶遮」囉唆提示，也是微小而確實的幸福。可是我們生活忙碌，有時將這些小確幸當成理所當然，而掉以輕心，錯過瞬間幸福。

順境令人跟幸福愈走愈遠，逆境固然痛苦，但卻令人走回正軌。人生最困擾的逆境莫過於自己患上重病及遇到意外，身心受創。突如其來的轉變令家人及自己手足無措，但亦是一個契機令一家人變得堅強，團結，重整生活，珍惜當下幸福。要將負能量變成正能量，除了取決一家人的心態外，還講究有沒有安心養病的環境。

要獲得安心，需要未雨綢繆，例如購買一份周全的醫療計劃，當自己不幸患病，也能無顧慮地接受治療，加速痊癒，令一家人盡快重回生活正軌。

心安自然健康

在香港，每4位男士及每5位女士當中，就有一人有機會在75歲前患上癌症。對癌症患者而言，確診、治療至康復是一個漫長的過程。當我們身體健康時，便要為癌症的近身威脅作出準備，例如購買安盛安心醫療計劃，以確保患病時得到全方位住院及出院後的治療保障，令自己安心休養，早日康復。

香港常見癌症

排名	男性	女性
1	肺癌	乳腺癌
2	大腸癌	大腸癌
3	前列腺癌	肺癌

資料來源
香港醫院管理局癌病資料統計中心（2011年）

1 差利‧卓別靈（Charles Chaplin）爵士，英國喜劇演員及導演，以上名言出自其訪問，1977年12月28日
2 村上春樹，日本作家，「小確幸」一詞源自村上春樹的《蘭格漢斯島的午後》

02
Coverstory

癌症近在咫尺，但可幸的是，
醫學進步令癌症患者的存活率大大提升。
不過，患者無可避免要支付龐大醫療費，
例如大腸癌的醫療費用便可達港幣 $68 萬。
（資料來源：2013 年 AXA 安盛賠償記錄）



了解　才釋懷

人在身體出現毛病時，往往會因對病情一知半解而恐懼，亦為未知的康復道路深感害怕。
從來治病都不該抱有「頭痛醫頭、腳痛醫腳」的心態，要先了解病情，
再配合頑強的心智，對症下藥，才可邁進健康的康莊大道。
當然，病人不是孤軍作戰，除了家人外，一眾專業的團隊猶如驍勇的軍師，陪伴病者共同進退。
今次借助兩位專業人士的分享，讓每位經歷健康低潮期的勇士及其家人，了解更多，勇敢抵抗逆境。


心理學家
羅健文博士

m：metropop　　**L**：羅健文博士

m：哪類病人較易有情緒困擾而需要心理輔導？

L：我的個案多數是癌症患者、嚴重憂鬱症患者，以及因意外而傷殘的人士，他們的身心損傷會較嚴重，康復道路會較漫長及充滿挑戰。當病情反覆，又缺乏支持及覺得孤單時，容易失去康復的盼望，偶爾想放棄醫治。如情緒健康每況愈下，感到無助及極痛苦時，可能有了結生命的傾向。

m：家屬照顧患者時會同樣面對心理壓力嗎？

L：病人受病痛之苦、家庭的照顧者（care giver）同樣承受不少困苦。通常是母親、妻子擔當care giver 的角色，她們經常陪伴病人進出醫院，同時要兼顧家庭、工作及病者照顧，可想而之她們的生活壓力有多大，個別會出現情緒困擾、需要心理支援。

m　病人接受心理輔導的目的是甚麼？

L：我們的團隊會透過專業介入，例如心理治療、家庭支援及健康心理教育等，讓病人及他們的家人共同面對疾患的康復之路。或許患病後的生活未必如前，但透過心理治療及支援，為一家人帶來康復盼望及新的生命意義，提升抗逆力，勇敢面對將來。

m：以你所見　病人是否較着緊身體上的病痛，而忽略心靈上的治療？

L：無疑地，病人會先照顧身體的需要，想盡快康復。現實上，他們的醫療負擔很重，未必有額外資源尋求心理治療。以我所見，中產家庭或有購買醫療保險的病人較有經濟保障，故願意支付心理治療費用。其實香港家庭愈來愈重視精神及心理健康，家人或病者會主動邀請我們走進家庭，在復康之路並肩作戰。其實接受心理支援猶如看醫生和食藥，「有病就要醫」，身心健康可讓病人和家庭邁向更美好的生活。

m`病人何時開始可以接受心理輔導

L：病人確診病症時，整個家庭會徬徨及擔心。如願意求助、心理學家可作即時支援，治療期間，我們的專業介入有助減低病人及其家人的焦慮、並凝聚家庭抗逆力，治療後、則協助他們重整家庭生活，加強家庭功能，改善生活質素。由患病到康復之路，我與他們同行至少半年至一年多，當他們康復進程理想，我們會逐漸引退。

雖説我們無法改變已發生的事實，
但面對這件事的態度是可以改變。

很多病人初次接觸物理治療時，都會飽受痛苦。
家人既是支持者，也是協助者，
明白病人的能力，學懂照顧他們，
一同以積極的態度共度難關。



物理治療師
黃文忠

m：metropop **W**：黃文忠

m：物理治療的目的是甚麼？

W：透過非藥物的方法，以物理原理進行一些復健動作、肌肉訓練等，在病人的最大康復程度下，將他們的身體狀況提升至最理想的狀態。而普遍一般痛症、受傷、手術後復康、骨科，以及內科如中風的病者，都有需要由物理治療協助，回復因病而喪失的活動能力。

m 通常物理治療可以分成多少階段進行？

W：以我平日接觸的案件為例，大致可分為兩個階段、出院前和出院後。當病人在醫院留醫時，我們會以病人能回復基本活動能力為指標，包括他能自行下床，或借助輔助工具走動，當時是以病人可接受程度為依歸，出院後，經醫生評估，並與病人磋商後確定的共同目標、繼續餘下的復康過程。

m、很多人認為物理治療是漫長的療復過程 這說法對嗎？

W：視乎病人希望達至哪種恢復程度。以過去的個案為例，病人需要約 1 至 4 星期來恢復基本步行能力，當然，每個病人的狀況都不一樣，但可以肯定的是，如果病人勤力、自發地進行物理治療，在家中亦有按指示進行 home exercise，譬如姿勢轉移、協調性的訓練等，再配合樂觀心情，絕對有助加速康復。

m：你認為病人的家人在物理治療的過程上扮演甚麼角色？

W：很多病人初次接觸物理治療時，都會飽受痛苦，不禁自怨自艾，覺得康復的道路是遙不可及。因此家人不止是擔當支持者角色，也肩負協助者的重要責任。由於有些病人本身力量不足、難以獨力完成指定動作，所以物理治療師會安排一些講座、課堂等，讓病人及其家人一同學習、使家人更明白病人的能力，並學懂照顧他們，藉此讓他們不安的情緒得以釋懷，一同以積極的態度共度難關。

m：有所謂的「黃金治療期」嗎？

W：有的、譬如以常見的中風為例，由於無力的肌肉會隨時間而萎縮，而僵硬的關節組織亦隨之結構性改變、一旦改變後便無法復元，因此，我們會建議在中風手術後一個月內，開始以物理治療改善病情惡化。

m、依你所見，中風患者有年輕化的趨勢嗎？

W：近年因中風而需進行物理治療的年輕病患明顯地增多，以前，多數是 60 歲或以上的中風人士較常見、然而、近年開始多了 40 至 50 歲的年齡層，而我曾見過最年輕的例子更只有 35 歲，這亦顯示出身體機能提早老化的問題，確實是不容忽視。





從「心安」出發

家人有事，心情七上八落，不安、擔憂的思緒一湧而至，這乃人之常情。
然而，陷入負面情緒，既無助於病況，亦會衍生更多不良影響，
倒不如改以冷靜、平穩的心情面對，逐步將陰霾撥開，反而能帶來轉機。
先安心，後共度難關，便要居安思危，早在難關未至，已為家人及自己定立完善、長遠的醫療保障。
減輕財務壓力之餘，也為家人定下穩建的安心保障，
由「心」至「身」皆妥善照料，能從容面對日後每個關口。

風景不轉心境轉

「家庭第一、工作第二，是我未經歷過患癌前的人生態度，但當患病後，才真切明白到擁有健康才是幸福人生。」一如現今事業女性一樣的 Peony，職場上能袖善舞，家庭方面，老公對她愛護有嘉，還有兩個乖巧的女兒，是旁人眼中的幸福典範。

但一次身體檢查後，醫生懷疑 Peony 患上乳癌。「雖然面對難耗，但心情很快調整過來。因為無論健康出了甚麼問題，最重要是保持一種正面積極的態度。」最關鍵的是她未雨綢繆，投保了「安盛安心醫療計劃」，為自己和家人作出最妥善的安排，無論她住院或出院後的治療保障亦照顧周到，讓 Peony 沒有後顧之憂，以樂觀心情等待報告。



擁抱正能量

後來，醫生正式確診，是乳癌第二期。「留院治療期間，家人守護在我身邊，以院為家。這段陪病日子，說長不長，說短不短，但對家人來說，真是疲累不堪，實在叫我心痛。幸好我投保了『安盛安心醫療計劃』，至少能減輕家庭在財政方面的心理壓力，不會因為我的情況而令整個家庭秩序混亂，且讓家人和我能全心全意一起打這場漫長的仗。」

治療過程中，在「安盛安心醫療計劃」的全方位支援與保障下，家人一直給予 Peony 持續的正能量與感情上的支持，並創造了一個安逸的治療氣氛。

在她軟弱時，老公和女兒們一個溫暖的問候、一個溫柔的擁抱，都能讓 Peony 身心得到莫大的鼓勵和安慰。Peony 最終完成所有療程。康復期間，她接受了心理學家所提供的輔導及治療，並獲得賠償。「整個康復道路很漫長，我知道家人的心理壓力亦很大，很感謝『安盛安心醫療計劃』的服務，讓我和家人在面對這場仗時更加堅定及安心。」



Peony Liu（36 歲）
市場及營銷部經理

醫療費用
住院及手術費用：港幣 $432,000
入院前及出院後醫療費用：港幣 $25,200
總數：港幣 $457,200

由 Peony 支付：港幣 $0
由 AXA 安盛提供賠償：港幣 $457,200
（以上個案純屬舉例說明作用的例子）

「安盛安心醫療計劃」知多少：享用免找數服務

安盛安心醫療計劃之客人於 MedPlus 網絡醫生可獲全數賠償及尊享免找數服務*。於出院時無須支付醫療費用，立即省卻申請索償的時間及手續。

* 條款及細則：需獲預先授權才可享有資格的全額賠償免找數服務。詳情請參閱有關產品說明書。
AXA 安盛是指安盛保險（百慕達）有限公司（於百慕達註冊成立的有限公司）。

人生不論順逆，都想獲得依靠，
這份安全感來自家人、朋友的支持，
以及一份周全的醫療保障計劃。



Jo Chan（33 歲）
Freelance 攝影師

手停口停的憂慮

「一次交通意外，讓我體會到失去健康，受影響的不止是自己，家人亦首當其衝。」Jo 喜愛駕車到處拍攝美景，但一次外出拍攝時，卻遇上交通意外。

「當時腦海一片空白，直至感到小腿劇痛才回過神來，後來有途人召來救護車營救，把我送往醫院治理。」經診斷後，他的右腳小腿骨折，需要做手術。

「我一向恃著自己年輕，沒想過有天會躺在病榻上，甚麼也做不到。」留院期間，Jo 的心情起伏不定，因為意外，更令他本已答應的幾項合作項目被迫告吹。「我做了 freelancer 三年，每月收入非固定，當時擔心自己『手停口停』會嚴重影響家人及自己的生活，再者，面對漫長且充滿未知數的治療過程，令我心情很差。」

家人無私支持

「治療及休養過程整整三個月，幸好得到家人幫助，即使他們有工作在身，卻不辭勞苦照顧我，這份支持比任何藥物更有效。確幸的是，我投保了『安盛安心醫療計劃』，這個強大有力的後盾，使我不用擔心醫療費用，在妥善的安排下，可享有出院後的門診服務及物理治療，令我放下心頭大石，並減輕了家人的心理壓力。」



最後，Jo 順利度過健康低潮期。經歷了這次意外，他決定重新審視家人及自己的健康保障，希望在難關來臨前，先立下可靠、安心的保護屏障。

醫療費用

住院及手術費用：港幣 $100,000
出院後醫療費用：港幣 $18,500

總數：港幣 $118,500

由 Jo 支付：港幣 $0
由 AXA 安盛提供賠償：港幣 $118,500

（以上個案純屬舉例說明作用的例子）

「安盛安心醫療計劃」知多少：提供 10 項復康及護理保障

2014 年「AXA 安盛生活指數」調查發現，在醫療問題上，港人普遍忽視了出院後醫療保障的需要，並對應付重病的住院及出院後醫療開支準備不足。因此，定立穩健的醫療保障乃當務之急。AXA 安盛的「安盛安心醫療計劃」針對此需要，提供出院後門診、心理輔導、復康現金保障、營養師諮詢、家居看護服務、物理治療、脊醫治療、癌症治療、透析治療及紓緩護理，務求為每位投保者的復康之路作出護航。

03
Holistic Green soul



Marilyn Monroe

「我想從肉身抽掉自己，讓其他靈魂主導我。」



River Phoenix

「感受到有另一個人霸佔了我的身體。」

EGO *Management*

形象，是自尊、小我（ego）的具體例子，從小自尊己主導我們去選擇，某程度自尊對人生影響深遠。

最顧及形象的荷里活明星，為怕失去鏡頭前的既得利益，經常鞏固外表形象來討好觀眾，將內心一面隱藏，不少名人不懂處理，長年累月形成自我矛盾的心理問題，難以抽身。究竟怎樣才可拋開植根內心的自尊，放下由此造成的壓力與負面影響？

TEXT · POLO PHOTO · 網上圖片 DESIGN · W



Johnny Depp

「我的體內住了很多人，有 30 多個。」



Winona Ryder

「我盡己所能讓電影主角的靈魂進入身體。」

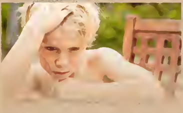


「現代人的複雜心理就像一層又一層的衣服，是由許多代前人的自尊心堆疊得來，導致心理包袱愈來愈重，令現今無論成人或兒童壓力爆煲。不幸的個案中兒童甚至因此出走或自殺。」

世襲的小我

每個人都會為自己定下特定形象，設計師要前衛，明星要華麗，公關要得體，教師要嚴肅，領袖要鶴立雞群，band友要爆粗等，這些形象對我們來說是具體化的自尊，也是保護自己的生存之道。所以為了生存，人會順從自尊心，並認為由自尊主導的行為都是對的。

成長於傳統中式家庭中，
大部分人都記得以下發生過的事：



- 母親未徵詢孩子便將他心愛的玩具、筆記、藝術作品丟去。
  體罰做錯功課，成績差的孩子。
  孩子選科要遵從父母。
- 孩子天生喜好、能力不被父母認同，成長經歷包含許多矛盾和缺乏自信。

教育專家 Kenneth Lai 目睹不少現今家庭問題都在於父母太自我「這些都是父母自尊心過大，忽略兒童自尊心而出現的傳統家庭問題，兒童長大後就算立誓不重蹈父母的思想觀念，但上一代的『自尊』已從小潛移默化心中，自己卻不為意。」

從分享拋開主觀感受

Kenneth 自小經常受體罰，父親有時甚至使用木棍，他的童年充滿暴力和恐懼，長大後當自己擁有三個小孩，他也明白當年父親的感受，也意會到家庭教養是一種世襲。

「祖先許多代都貧窮和低學歷，後代世襲了匱乏心態，以急功近利的信念來教導孩子，用極端方法來鞏固自己的價值，如呼喝、打鬧、命令、羞辱等，因此我修讀兒童心理學，希望自己脫離這種世襲影響。」

Kenneth 發現要拋開被潛移默化的自尊，要懂得以行動表現理性，例如學懂從孩子的面部表情判斷他們的感受，不用主觀角度看事情。如家長都愛問小孩「你今天開心嗎？你學了甚麼？」其實最有效是懂得問「你可以說多一點給我聽嗎？」分享過程才是重點，小孩最需要學懂去感受。

Tips from Kenneth

父母若太忙沒時間與孩子溝通，就要運用創意。
在家中留言板寫下一些讚賞、鼓勵或幽默的分享，孩子感受到關懷自然樂於分享表達內心世界，中和了父母、小孩的壓力。



Kenneth Lai
家長會 Parent Club 首席顧問，曾修讀兒童心理學、研究潛能開發、電台教育顧問等，近年不斷舉辦免費教育講座。



六大自尊障礙

1
介意別人的評價
很多人以為了解自己，但其實他們所認識的自己，很普遍是從別人的評價而來。最明顯是略有成就的管理階層、名人、學者、外表出眾的人，自認為有地位有金錢有學識有樣貌，總認為別人的讚美是理所當然，反之對於相反的評語就沒器量接受，這都是自尊作祟的典型例子。

怕向別人學習
不知不覺受到精英主義洗腦的城市人，做事最終目的就是希望別人覺得自己最有能力，如果向人求助、向人學習或合作就是自我降格。這些想法是自尊控制理智的行為結果，也是由小到大欠缺自信心而發展出來的自大感。
2

3
愛比較愛競爭
永無休止找假想敵，認為競爭帶來進步，這些人未能察覺每個人天生都有獨特長處，結果令自己捲入長期心理鬥爭中。傳統的歐洲上流社會、傳統港式和新興的內地父母，都不斷將這些愛比較基因傳給下一代。



"The loudest one in the room is the weakest one in the room"

最大聲的人，心靈最脆弱。
美國黑幫電影 "American Gangster" 的精警對白

4
我永遠是對的
這是六項特徵中最具摧毀性的，眼光只放在自己認為對的事情，令視野變得狹窄，拒絕接受新思維，難以和不同文化、思想的人溝通，亦難以尊重他人，在逐漸一體化的世界依然活在自我中，只僅自憐自艾。

5
貪心
貪的慾念來自不能自我滿足，不斷想得到別人關注、讚賞和物質、感官刺激，傾向於 facebook 討 like，渴求禮物，嘩眾取寵，語不驚人勢不休，行為背後，大都來自強大的自尊心力量。

不能活在當下 6
通常受自尊心控制的人都有兩項共通點 活在過去，不斷計劃將來，永遠無法靜止下來享受現狀和欣賞所擁有的人、事、物，只將焦點放在不滿的地方，更以此作藉口擴大自我。



許多有成就的人會透過不同方式來鞏固信念，如不願意接受批評，行為高調，在面書博 like，擁有道不同不為友（甚至成敵）的心態，甚至有攻擊性，只相信傳統知識上讓他們在社會上受到認可的一套邏輯，當接觸到認知以外的聲音，為保地位、信念及鞏固生存價值，理所當然就自尊心作祟。

他們因為忽略自己的內在聲音，往往感到矛盾和痛苦，並不察覺自己原來可以有很多面，世界原來是多麼好玩和有趣。



康復的路，
往往比您所想
更漫長！

AXA安盛的醫療計劃除提供全方位住院保障外，
出院後的治療保障亦為您照顧周到。

10項復康及護理保障包括：

- 出院後門診
- 復康現金保障
- 家居看護服務
- 脊醫治療
- 透析治療
- 心理輔導
- 營養師諮詢
- 物理治療
- 癌症治療
- 紓緩護理

成功投保「安盛安心醫療計劃」，有機會獲贈健康獎賞*。

請聯絡您的理財顧問或致電
2802 2812
www.axa.com.hk

AXA安盛

引領／新標準

*客戶須於即日起至2014年8月26日，成功投保「安盛安心醫療計劃」，有機會獲贈健康獎賞包括流行性感冒預防疫苗注射服務乙次或OTO身體水份測脂磅(WS-006)乙個。優惠及計劃詳情請參閱有關宣傳單張及產品手冊。AXA安盛是指安盛保險(百慕達)有限公司(於百慕達註冊成立的有限公司)。

03
Holistic Green
soul

放下自尊學派



Roy Baumeister 是靈性發展心理學家，近年打破「自尊是生存最重要」的舊有概念，在西方惹來很大迴響。他認為受人認同才是人內心最渴求的東西，他認為 self-actualization 是打開人類進步意識的教育，減低自我矛盾、匱乏的傳統劣根之源。

Self Actualization
發掘潛藏本我

現時許多天災、人禍、社會動盪，令自以為能主宰世界的人類感到痛恨，但從靈性角度看，這就是大自然提醒人類到了靈性進化的時刻，每個人要擺脫以往祖先遺留下來的自尊，過程會經歷和感受難以承受的痛苦，直到覺知到外在世界的不真實，才會向自己內在找尋更高層次的靈性，找到 self actualization，身邊才會顯現真正改變的世界。



東西方之別

印度靈修大師奧修 Oslo 到過世界許多地方觀察，發覺西方和亞洲人在自尊的處理很不同。

西方人



教育全以鞏固自尊心為出發點，使他們認為自己的文化很細緻、先進和優秀，投降、屈服對他們來說是很陌生的概念。不過當他們作出投降、屈服，就會徹底地覺知自己的內在，進入靈魂醒覺的過程。

亞洲人

自尊心很細小，很容易屈服，所以難觸碰痛處，較難進入 innerself 層次。

Self Actualization 需求層次理論

需求	缺乏需求的特徵
生理 即是最低、最基本使你感覺良好的需要，如食物、水、空氣、性慾、健康等。	缺乏思考能力，道德觀變得脆弱，如當一個人極度飢餓，會強搶食物。每當災難、戰亂，是不會排隊取麵包的。
安全 屬於最低級和基本的需要，如人身安全、生活穩定及免遭痛苦等。	常感到受威脅、常處於緊張、徬徨不安，認為一切人和事物都是邪惡。如在學校被欺負，開始不相信社會，不敢表現自己，認為社交是危險的，藉此保護自身安全。
社交 屬較高層次的需求如友情、愛情和成就的需求。	得不到情感和關懷，認為自己不重要。如青春期沒有受到父母關懷，在學校做嘩衆取寵的行為，以爭取注目或認同。
尊重 這是現時最多人着重的需求，如地位、名利。	愛面子，容易被虛榮吸引。如買名牌證明自己品味，盲目地增值為自己提升競爭力。
自我實現 是最高層次的需求，目的為追求人生達到真善美境界，因此要滿足以上四項需求才可達到，例如沒有逆境相信自我實現，發揮潛能等。	被動、無奈，認為要做一些人類事情感到痛苦，倚賴別人實行任務，諸多藉口推卸責任，也認為價值觀、道德觀較金錢、愛人重要，不懂尊重別人對社會有偏見。

超自我實現

都市人的心理狀態通常以完成實在的事情得到滿足，如視力視為完成一本書、一件藝術品、煮好一道菜。以下可算是較少城市人接觸到的境界，如音樂家在演奏音樂時，所感受到的「忘我」體驗，藝術家在繪畫時，不受時間限制，享受落筆的每一秒，感受活著的充實。

通過滿足 self-actualization 自我實現需求，就能成功脫離自尊心的枷鎖、找到真正自我，順著宇宙之道去發揮真正屬於自己的特質。



（資料由客戶提供）

排毒養生 配5A級景觀
輕輕鬆鬆學煮全素美食



社企GreenMonday大使丁子高：「工作多忙都好，為家人、為自己，都要保持身體健康。運動之外，偶爾吃素也是我keep fit的方法之一。今次觀瀾湖、港安醫院『新起點』排毒養生之旅由專家團隊帶領，教導參加者從多方面改善生活方式，我自己也很想體驗。」

不少人一聽到「養生」，便豎起耳朵，覺得只是「上咗年紀」人士的事。不過，隨著社會壓力越來越大，近年不少年輕人士、上班一族也開始注意生活細節，希望留住健康。最近，坊間流行一些頗「激」的方法排毒，包括水果酵素排毒、辟穀、斷食，但有營養師表示，這些方法可能傷胃傷身，最後適得其反，令體重大反彈，所以要排毒養生，還是聽專業人士之言吧！

東莞觀瀾湖酒店今次首次伙拍香港港安醫院及荃灣港安醫院的專業團隊，舉辦「新起點：排毒養生之旅」，從多角度透過自然的方法，加上科學化的調研實證，教你達到最佳的健康狀態，輕鬆排毒瘦身。

一聽到觀瀾湖，除了想起打高爾夫球之外，其實他們更是國家5A級旅遊景區，空氣、景觀質素絕對有保證，最近亦積極推廣養生旅遊；至於港安醫院則是全港第一間獲WHO指定的「健康促進醫院」及全港唯一推行健康素食的醫院，兩個不同領域的專業團隊……，效果自然不同凡響。

參加是次排毒養生之旅的團友，會被安排入住酒店的高級豪華山景客房，亦會由香港港安醫院大廚張師傅即席教授烹煮健康素菜，以及有機會品嚐各類健康素食，如十穀飯、香菇素排、雪蓮子頭燒芋頭、咖喱雜菜等，更會有醫生、營養師、專業體適能教練從專業的角度講解飲食及運動的竅門，讓參加者終身受用。

近年積極推廣素食的GreenMonday創辦人楊大偉先生亦表示，十分歡迎這類型活動，「食素點止清水焓菜咁簡單！而是要顧及到色、香、味、營養價值，但一般香港人對營養所知不多，所以我建議他們請教營養師，像這次『排毒養生之旅』便是一個好機會。」

5天4夜 之旅

2014年7月19日至23日
2014年8月2日至6日

3天2夜 之旅

2014年7月19日至21日
2014年8月2日至4日

報名及查詢：

3651 8777 或 2122 1616 (ext33333)















EPS 植樹綠化
iDO 讓城市森呼吸

香港地少人多、寸金尺土，的確少了幾分綠意。為了讓大家生活得更美好，EPS自2008年發起的EPS iDO市區植樹計劃，就是EPS對香港的一個承諾，希望與大家共同創造一個更美好的綠色城市。

身為EPS iDO宣傳大使的蔡卓妍（阿Sa）今次就與大家分享：「首先別小看自己，雖然我們的力量或許不大，但只要大家每人出一分力，就會有很大影響。我們可以在自己生活細節上作出細微的改變，這樣人人都有Power去改變環境。而EPS iDO就將環保概念帶到日常生活的購物過程中，令每個人都有能力隨時為市區植樹出一分力！」

EPS iDO 市區植樹計劃 於香港50多個地點植樹



由2008年推行至今，EPS iDO計劃先後在全港不同地區的公共空間、大專院校、中小學和社區設施進行綠化，主要揀選本土樹（即香港原生和華南品種）。為城市加添點點綠色，美化環境之餘，更能提升城市生態條件。阿Sa今次就帶大家到各區了解一下植樹的成果！



新綠化消費模式

阿Sa所指的是EPS iDO市區植樹計劃，大家每次透過EPS消費，EPS便會捐款予綠色力量，短短6年間，捐款已超過2,000萬，於全港種植了超過5,000棵樹。如果你想知道多一點，請瀏覽eps.com.hk。

免費換•《iDO LOVE TREE 賞樹手冊》

綠色力量聯同EPS出版了《iDO LOVE TREE 賞樹手冊》，讓大家一書在手按書中地圖指引，即可輕鬆自學，自行規劃賞樹行程，實地進行不同的賞樹小遊戲。

憑EPS有效消費存根，可到綠色力量免費換取《iDO LOVE TREE 賞樹手冊》一本。
*數量有限，換完即止。換領受條款及細則約束。

換領詳情

綠色力量地址：旺角登打士街56號栢裕商業中心23樓2314室
綠色力量電話：3961 0200
辦公時間：星期一至五
9:30am-1pm / 2pm-6pm
（星期六、日及公眾假期休息）



《iDO LOVE TREE 賞樹手冊》

GREEN B
小農夫實習課

在如今物質豐富的世代，兒童也許認為西瓜本來就是紅色一塊塊，也不知道香蕉皮為何物，因為工人姐姐早就扔掉了。對植物零認識、又怎會愛惜大自然？與其學鋼琴、芭蕾，不如先學做小農夫，向泥土學習。

TEXT · NAOMI PHOTO · WAI、受訪者提供 DESIGN · MAN



兩個月學務農

近年假日，父母都愛帶孩子到農場體驗，然而一天摘草莓或覩覩小山羊，未必足夠讓孩子了解務農。一直在本地推行綠色教育的 Smiley Planet，去年推出 Green B Project，將種植帶入幼稚園，變成有趣玩樂課。負責人 Edmond Leung 是城市農夫，他認為幼童對推廣農業的影響力最大：「小孩子是家中焦點，父母、爺爺嫲嫲、公公婆婆無一不對他們愛護有加。由他們去影響家中大人，最好不過。」的確，這年頭阿 B 最大，寶貝阿 B 說要學做小農夫，父母還不乖乖買種子、泥土一起聽書學務農？

一朵太陽花

小農夫計劃為期兩個月，每兩星期一課，對象是 K2 以上的幼童。Edmond 說，這不是興趣班，每人都要身體力行：「去年參與計劃的幼稚園，特別將其中一堂英文課撥出來，讓孩子學習種植。」去年種的是太陽花，Edmond 為此到學校視察，以便在最佳位置種植：「教孩子種植，最重要是引起興趣，所以一定要易種，有成功感。選太陽花一來容易種，二是課程結束後，太陽花長得比他們還高，畫面很有趣。」至於今年種甚麼？ Edmond 笑說，青瓜、豆角、莧菜：「種完拿回家，吃孩子親手種的，爸媽一定最開心。」







配對小遊戲

計劃內容除了種植，還有活動教學課，舉例植物名稱配對、小昆蟲介紹、自製種植容器等，Edmond 說過程更讓他體會綠色幼兒教育的迫切和重要：「不是說笑，真有孩子以為西瓜是半個紅色的。雖然教科書也有教植物基本知識，但對年幼的孩子來說，始終落手落腳印象深刻。」





Sony Month
豐澤 FORTRESS
SONY
FIFA T-shirt
SRS-BTV5
全城共賞FIFA狂熱
由即日起至2014年7月31日，凡於豐澤選購Sony指定產品，即賞FIFA世界盃精選禮品。
數量有限，送完即止。
4K
KD-65/55X9000B
65/55吋4K LED TV
KD-65X9000B $49,980
KD-55X9000B $34,980
Magnetic Fluid Speaker
2014全新Wedge Design
X-tended Dynamic Range
BDV-N9200W
$8,480
NFC
KDL-65/55W950B
$30,980
$26,980
TRILUMINOS Display
X-tended Dynamic Range
Long Duct Speaker 支援ClearAudio+
2014全新Wedge Design
KDL-70/60W850B
70/60吋 3D LED Internet TV
$34,980
$24,980
X-Reality PRO
2014全新 Wedge Design
Long Duct Speaker、支援ClearAudio+
KDL-55/50/42W800B
55/50/42吋 3D LED Internet TV
$16,980
$12,980
$7,980
X-Reality PRO
Bass Reflex Box Speaker
KDL-48/40W600B
48/40吋 LED Internet TV
$9,480
$6,480
X-Reality PRO
Bass Reflex Box Speaker
BDV-E2100
$2,980
HT-CT770
Sound Bar
$3,280
BDP-S5200
$1,680
USB
HANDYCAM
4K
FDR-AX100E
$17,980
Exmor R
BIONZ X
α7
$14,490
$11,990
Exmor
BIONZ X
Cyber-shot
RX100 III
$6,290
(24-70mm)
Exmor R
α5000
$3,990
$5,990
Exmor
Cyber-shot
DSC-QX100
$3,880
(支援Android及iOS系統)
Exmor R
MDR-1RMK2
$1,980
www.fortress.com.hk

爸媽再學習

Green B Project 還會到各區辦小農夫親子 workshop 「爺爺嫲嫲那一代還有農業，他們知道蔬果有時令，可是到父母那一輩，本土農業沒落，加上基改和農藥，蔬果不分時節，全年超市有售，根本無人會花心機去了解和認識。所以親子 workshop 說是教育孩子，不如說讓父母再學習，通常叫父母配對時令蔬果最好玩，因為大多數人都答錯。」他認為再不推行綠色教育，斷層只會愈來愈深。







愛上陽光和汗水

透過去年的經驗和今年已辦過兩場親子 workshop，Edmond 發現幼童並非坊間認為是「港孩」和受保護「他們不怕髒，喜歡泥土，好動，甚至連雨天都關心著自己的植物。有誤解，也許是根本連父母也不懂得，甚至沒想過可以透過種植，令孩子身心健康，何止活動小肌肉，根本是全身勞動。」其實小孩子，應該和太陽花一樣，要有適當的陽光和雨水（汗水），才會發芽並長得健壯。Ⓟ

1 當過小農夫，最基本是知食物得來不易。不愛吃菜？不如親手種一棵菜，說不定能吃出滋味。

2 親子工作坊的重點活動，是讓父母認識時令蔬果，趁媽買菜時知道不時不食。

3 透過配對活動 讓孩子認識植物的外形，以後便知道西瓜是圓形的。



Edmond 笑說去年最後一堂課 真帶了西瓜去一個紅肉，一個黃肉，「孩子們大開眼界，大部分都沒見過黃肉西瓜，趁機又可以講解西瓜的品種，種植方法等。



Green B Project 還包括種植記錄，在小本子上畫畫，寫字無任歡迎。



Green B Project
facebook：OurSmileyPlanet



課堂中期，每人都可帶一棵小幼苗回家，害怕回去後冷落小幼苗，所以是一棵神秘植物，Edmond 笑說：「總之是『會種的』，保持神秘，才會用心栽種。」

大眾銀行（香港）
PUBLIC BANK (HONG KONG)

中小企貸款計劃

掌握時機 開拓無限「商」機



大眾銀行（香港）作為您最可靠的理財伙伴，明白您的需要，
為您提供充裕資金，助您拓展業務，把握每個商機。

- 無需抵押品
- 貸款額高達**HK$1,000,000**
- 還款期長達**3年**
- 利率特惠

詳情請致電熱線或親臨各分行查詢。

註：上述優惠須符合相關條件及細則。詳情請向大眾銀行（香港）有限公司（「本行」）職員查詢。本行保留隨時修訂或終止上述優惠及更改其條款及細則之權利而毋須另行通知。如有任何異議，本行保留最終決定權。

顧客熱線
8107 0818

www.publicbank.com.hk



泡茶小日子

茶位列開門七件事之一，與生活如此接近，自古以來成為不少文人雅士筆下風花雪月的題材，泡茶這個動作看似簡單，但付出的專注，背後蘊含的學問，卻非外人能體會也。學茶人，從入口開始，每天練習對香、味、韻、氣的敏感度，「一茶一世界」，即使品嚐同一壺茶，也會因品茶人的心情、閱歷而有所差別，每一次品茶，也是一次澄明心境的嚮導。

TEXT · MICHELLE PHOTO · FRANKY TEDD & WAI DESIGN · BLUE



泡茶是一樣講究的玩意，輔助的茶具五花八門，令初入門者更易掌握竅門。

1. 茶針
疏通被茶渣堵塞的壺嘴。

2. 茶則
用來從茶罐取出茶葉。

3. 茶夾
溫杯時用來夾取品茗杯和嗅香杯。

4. 養壺筆
作養壺及護理茶盤之用。

04 Lifestyle dining



Cecilia Li 李淑兒
六感生活館主理人

「人生如茶，第一道茶苦若生命，第二道茶香似愛情，第三道茶淡如清風。」
三毛

茶藝師 入禪之境

對香港人來說，要放慢腳步可謂知易行難，但李淑兒卻在短短三年間，由一位急躁衝動的典型生意人，成為一位教人靜心品茶的茶藝師，一如茶的瀟逸淡泊，她對「心素如簡，人淡如茶」這道理體會至深。

帶李淑兒進入茶藝世界的，是她在內地從事茶葉生意的堂弟。「他對茶葉的品質極為執著，甚至會為了確保質素而品嚐泥土的好壞。」被這位茶痴感染，李淑兒開始放下手上的工作，多了閒情逸致探索茶藝。「以前一直處於打仗狀態，好火爆，被人叫作『煤氣爐』，一 click 就著。」學茶讓她變得集中，逐漸放鬆繃緊的情緒，甚至建立一套獨有的飲茶美學。「其實品茶好主觀，相信自己味蕾，忠於自己就可以。」

養生也養心

要泡一壺好茶，需要「天時、地利、人和」配合，缺一不可，因此有技術也未必成功，李淑兒：「茶藝是表面的理論，但茶道是另一回事，即使被外在條件影響，心理調節後仍能領悟出一種境界，充滿禪機。」茶道的本意並不是追求完美，因此掌握茶藝的時間不須很長，相反要參透高深玄妙的茶道，卻可能是終生的追求。

新一代品茶

年輕一輩愛喝味道濃重的飲品，要大大杯珍珠奶茶才夠滿足，叫他們坐下來耐心品嚐一杯味道清淡的茶，只覺苦澀單寡，李淑兒對此有感而發：「在香港當茶藝師使命感會較重，如果學生抱著玩樂的心態，好快便會將茶藝放下。」茶能養志，但幾千年的文化卻經歷青黃不接的時期，「本地不少有興趣學茶的年輕人，但多是外國回流的學生，他們對中國文化反而更好奇。」

不同茶葉的沖泡方法各異，大致分為簡易的四個步驟。



溫杯
沸水的熱力有助帶出茶味，同時亦能清潔茶具。

焗茶
將適量茶葉置入，倒入 100 度滾水後，加蓋浸泡少於一分鐘。





斟茶
從左至右，來回斟茶。

品茶
先嗅其香，繼而品味。



玩味茶壺

品茶與賞壺是兩種藝術，當對泡茶有一定的認識，自然嚮往更高層次的茶具工藝，不同材質的茶壺與茶葉產生的作用也不盡相同，擁有喜歡的陶藝家茶器，讓茗茶時多添一份風雅的氣質。身為茶莊第三代繼承人，劉亦原卻反行其道，由玩壺開始，進入茶的世外桃源。

壺上人家 2011

這個看似小孩隨意捏成的紙黏土手工，竟然是價值不菲的藝術品？劉解釋：「除了材料，最重要的是造型比例，愈簡單的造型愈難完成。」

供春壺其實由來久遠，流露的自然質感令它成為名家的收藏作品。傳說明末一位叫供春的書童，隨主人到金山寺伺讀，看到寺內和尚用紫泥捏成茶壺，飲茶參禪，於是以沉澱在缸底的泥土，仿照寺院內大銀杏樹的樹癭，做出了凹凸不平的供春壺。它的價值在於古樸的造工，溫雅樸實，壺上人家以製作供春壺之技法創作，以小屋裝飾壺蓋，顯示出中國畫寫意之趣。($20,800)



馬年紀念組「奔騰」老岩泥茶器 2014

今年是馬年，在茶器設計上花足心思，靈感取自徐悲鴻的《奔馬圖》，造型是飛舞馬尾化為壺把，展現春風得意，茶壺蓋內側設《奔馬圖》浮雕，特意點釉工匠師將釉料化為馬蹄印記，點綴壺身，每件作品都是手工製，獨一無二。

雖然用料不是一般大家認為最優質的紫砂，但老岩泥為天然岩礦與陶土燒製而成，沖泡出的茶湯甘醇。茶盤瀝水孔佈局充滿意境，宛如三匹駿馬奔馳而過的足跡，可於茶席表現馬馳騁大地的意境，以點釉為綴，雅趣盎然。($5,030)







劉亦原
茶藝導師

十多年前從父親劉國浩手中繼承茶莊後，以新穎方式經營，並開辦茶藝課程教授泡茶技巧。



5 6

5 劉亦原本身也是玩壺之人，已有十八年的品茶資歷，藏有不少非賣品，只供自己欣賞　其中的心頭好包括第一個收藏的文革壺、供春壺和外形仿照菊花芯而製的菊蕾壺（左至右）。
6 茶餅猶如紅酒，愈古愈醇，被稱為「能吃的古董」，揮發的香氣非一般現代茶葉可比擬，劉亦原表示他保存最久的一塊茶餅已有六十多年歷史，同樣是非賣品，只讓同好欣賞。

劉裕發茶莊
查詢： 2338 1872


KIRIN
冰上極黑の誘惑
極上新登場
KIRIN ICHIBAN FROZEN BEER 一番搾り
獨特的幼滑質感
啤酒能保持30分鐘的冷凍感
KIRIN ICHIBAN
FROZEN BEER
一番搾り
KIRIN'S PRIME BREW
STOUT
麦芽100%
一番搾り
BREWED FOR GOOD TIMES
麒麟一番搾盛夏究極之作「麒麟一番搾黑啤 FROZEN BEER」強勢登陸香港，口味醇厚之黑啤配上麒麟一番搾啤酒的冰凍泡沫，創出冰極與華麗黑啤之無限誘惑。
麒麟一番搾「冰上極黑の捕捉」有獎遊戲
現到指定餐廳惠顧「麒麟一番搾黑啤 FROZEN BEER」，發揮創意並即場與麒麟一番搾黑啤 FROZEN BEER 推廣大使合照，然後上載至麒麟啤酒（香港）Facebook專頁，最具創意的參加者將有機會贏取別注限量麒麟一番搾禮品，總值高達$3,000！
大獎
麒麟一番搾「盛夏の禮套裝」完全版^
（共1名）
二獎
限量版「麒麟一番搾黑啤專用啤酒杯」1隻及黑啤（6罐）
（共5名）
別注限定*
麒麟一番搾STOUT黑啤小食！
SOWELU DINING BAR及BREAKS 有售
「麒麟一番搾黑啤FROZEN BEER」、「麒麟一番搾STOUT黑啤」供應地點及「冰上極黑の捕捉」遊戲的詳情請瀏覽
KIRIN BEER HK

佛手柑紅玉 $60
與西式的格雷伯爵茶屬同一品種，以台灣南投的紅玉茶加入新鮮佛手柑皮，兩者互相烘托，帶有微微辛香的柑橘味道，兼具甘醇順滑的口感。

檬媽媽檸檬切餅 $30
店主惦念台灣籍媽媽以獨有秘方製作的檸檬餅，因此將味道重現，口感潤滑香甜，檸檬的酸味低調，配合餅底的粗身質感，酸甜清新。

04
Lifestyle
dining



茶室・輕食

在香港難得找到一片淨土，騰出空間時間，掏空心中雜事，來一客手工製的新鮮蛋糕，配上一壺好茶，細細品茗思考，浸淫在滿室繚繞的茶香中，任由光陰蹉跎，誰敢說這樣是奢侈浪費？

中茶回甘
中國茶經現代化包裝，不失韻味之餘，也是讓外國人認識中式文化的好方法。居於太平山街附近的一對法國情侶 Joyce Stevenson 和 Valentin Maurel，品嚐過「茶　家」的中國茶不下數次，Valentin 表示一開初難以接受口味迥異的中國茶，「本來覺得中國茶苦澀味較重，不及西式花茶帶有香甜味道，但後來發覺它的層次複雜，慢慢接受這種獨有的回甘。」Joyce 則認為喝茶是一種精神，配合舒適環境與氣氛，才能好好享受。




店內兼售多種自家出品的茶葉，讓愛茶人將好味道帶回家。





杏仁橘子蛋糕 $40
蛋糕密度極佳，濕潤鬆軟，口感綿密細緻，甘甜的橘子內餡中和甜度，充滿天然果香，香脆杏仁片將層次提升，再喝一口解膩紅茶，叫人欲罷不能。

祁門紅茶 $40
具有酒味和果香，與印度的大吉嶺紅茶、斯里蘭卡的烏伐紅茶一同被譽為世界三大高香名茶，有百多年歷史，香氣高雅，味醇清幽，茶湯呈現的顏色潤澤，天然清香，不帶苦味。

桂花烏龍茶 $60
桂花烏龍茶以烏龍茶與新鮮桂花冲調而成，花香氤氳出茶葉清香，甘潤芬芳。桂花味辛性平，有止咳活血功效；烏龍茶則有助分解脂肪，是女士的養生之選。

黑糖桂花戚風蛋糕 $50
一上桌已香氣撲鼻，蛋糕質感鬆軟，夾著濃郁鮮奶油，滲出淡淡的黑糖味，比例剛好，甜而不膩，加上桂花味道突出，與茶香相輔相成。



Teakha 茶　家
地點： 上環蘇豪太平山街 18 號 B 舖
查詢： 2858 9185


KIRIN
麒麟盛夏限量の禮
由6月3日至7月20日，凡於指定便利店或超級市場選購麒麟啤酒產品
滿指定金額(可累積不同商舖之單據)，保留有效收據正本，
即可到換領中心*換領麒麟別注限量禮品套裝乙份。
大人氣禮品
最後加推200份
買滿 $500 送 麒麟一番搾
FROZEN BEER<SUPER>
家用製泡機乙部及一番搾
FROZEN BEER 玻璃杯乙隻
(共600份)
僅餘少量
換領從速
買滿 $300 送 麒麟一番搾
魔法保冷杯乙隻及麒麟懷古
限量撲克牌乙份。
(共300份)
僅餘少量
換領從速
買滿 $100 送 麒麟一番搾
雙色啤酒杯乙隻
及一番搾2-Tone Maker乙份。
(共600份)
STOUT
一番搾り
KIRIN BEER
ICHIBAN
禮品換領日期：即日起至7月20日 (星期一至六上午11時至晚上7時半，星期日下午12時至晚上6時，公眾假期休息)
麒麟換領中心地點*：九龍尖沙咀西梳士巴利道3號星光行 (中座) 1427室 (電話：2721 0019) / 香港灣仔軒尼詩道395-399號東區商業大廈14字樓1404室 (電話：2881 1046)
•如有任何爭議 生力啤酒廠有限公司保留最終決定權•禮品查詢熱線 2881 1046 / 2721 0019

新時代茶貌

上一代茗茶之人多用體積較大的茶餅，一塊可喝上幾年，為了方便現代人的生活模式，茶葉的包裝變得多樣，由茶磚、茶包，進化到罐裝茶葉、樽裝茶，無論是日本、台灣或中國茶，各有不同風味，在香港也能一嚐茶之甘味，呈現自然原味。

茶包的心理治療

不少人喝茶是為了平順心境，如果視覺上也能享受到這種寧靜的感覺，品茶的片刻就顯得圓滿。馬來西亞茶商品牌 BOH 在茶包印上可食用墨水，製成各種圖案，當沖下熱水後，原本的形狀會慢慢散開，化成另一種更討人喜愛的樣貌。譬如本來正在打雷的烏雲，放入水中立刻雨過天青，變成一朵祥雲，憤怒鳥遇水即成和平鴿，凝視茶包耐人尋味的變化，即使困在辦公室，也能為沉悶工作帶來另一種樂趣。





BOH 的廣告中以圖形轉換表達茶包的創意。

淳茶舍日式綠茶雲抹 $9.9 (b)
冲泡傳統日式綠茶時，抹茶粉會在茶壺內形成的如雲霧般的現象，亦是帶出日式綠茶甘鮮的來源。樽裝包裝更方便，口感絲滑不澀，讓現代人享受貼近日式茶壺現泡綠茶的味覺體驗。

手作罐裝玄米茶 $88 (c)
以綠茶、抹茶和玄米混和，玄米茶非常耐沖，即使反覆冲泡，味道依然甘甜，精緻的包裝易於攜帶，無論上班外出都可以隨時嚐到玄米茶的細膩，更可用來冷泡，於炎熱天氣下享受冰涼甘醇的滋味。

明茶房茉莉銀毫 $78 (d)
含清甜高雅之花香，湯身輕滑，味爽，能令身心鬆馳，性涼，宜於午後作醒神作用。採福建頂級白毫作多次窨香，純正有益。



台灣梨山茶 $480 (a)
梨山高冷茶區位於海拔 1,800 至 2,600 公尺的梨山山脈深山茶園，終年雲霧繚繞，土壤有機質含量豐富，葉片豐潤、厚厚、細嫩，果膠質含量高，在氣候、土壤等天然環境均佳的條件下所製成的茶葉，茶湯清澈透明，質甘味美，喉韻絕佳，堪稱「茶中極品」，使用陶土製之茶具泡茶，風味更佳。

明茶房野生秋菊花飲 $68 (d)
產自浙江的高級杭菊，微涼性，清內熱，明目，是老少皆宜的解渴飲料。泡飲菊花茶時最好用透明玻璃杯，每次只須用上四、五粒菊花，再用沸水冲泡即可，或可選擇加入幾顆冰糖，有另一種滋味。

(a) 中憲茶舍 2713 8078 **(b) 7-11** 2299 1110 **(c) 一田** 2350 8888 **(d) Market Place** 3580 8952


保利
Pauls
一年365日
品質至可信賴
Pauls... 時刻值得信賴
✓ 100%澳洲牛奶
✓ 卓越品質
✓ 全港No.1*及品牌歷史逾40年
澳洲出產
*資料來源：PAULS WAS RANKED FIRST IN BOTH SALES VALUE (IN HK$) AND SALES VOLUME (IN LITRE) IN THE WHITE MILK SEGMENT FROM APR 2008 TO MAR 2014 IN HK UHT MILK MARKET. (COPYRIGHT © 2014, THE NIELSEN COMPANY)



SAMSUNG
百老滙
BROADWAY
YOUR CONSULTANT
恒生信用卡客戶專享
可賺取高達 $1,000 Cash Dollars
2998 6000
hangseng.com/promotion2
狂熱生活
adidas
全城焦點
即日起至2014年7月13日，到百老滙選購指定牌子及型號之影音、相機、電訊或多媒體產品，即可免費獲贈指定adidas禮品一份。
CATEGORY 1
大毛巾
CATEGORY 2
手挽袋
毛巾
55"/65"/78"
CURVED UHD TV HU9800
• 曲面超高清屏幕，4K解像度 (3,840x2,160)
• UHD影像倍線、自動深度強化
• 純淨色彩技術、UHD光暗調校技術
• Smart Hub網絡平台
55" $43,280
65" $64,880
送 CATEGORY 1
附送 UHD超高清影片套件 (CY-SUC05SH)
78" $106,980^
送 CATEGORY 1
^現已接受預訂，將於2014年7月正式發售
Curved UHDTV SERIES 9800
4K
40"/48"
UHDTV SERIES 5900
UHD TV HU5900
• 4K超高清屏幕，解像度 (3,840x2,160)
• UHD影像倍線技術
• UHD光暗調校技術
• Smart Hub網絡平台、四核心處理器
• 100Hz CMR (100格流暢倍增技術)
40" $7,880
送 CATEGORY 1
優惠 (CY-SUC05SH)
48" $10,280
送 CATEGORY 1
附送 UHD超高清影片套件 (CY-SUC05SH)
40"/50"/55"
UHD TV HU7000
• 4K超高清屏幕，解像度 (3,840x2,160)
• UHD影像倍線
• 亮麗色彩技術、UHD光暗調校技術
• Smart Hub網絡平台，聲音操控*
• 四核心處理器，200Hz CMR
40" $10,280
送 CATEGORY 1
優惠 (CY-SUC05SH)
50" $13,980
55" $24,880
送 CATEGORY 1
附送 (CY-SUC05SH)
UHDTV SERIES 7000
4K
40"/46"/55"/75"
F6400
3D SMART TV
• 聲音操控 (配合Smart Touch智能遙控)
• Smart Hub網絡平台
• 雙核心處理器
• 3D轉換、3D音效
• 400HzCMR (400格流暢倍增技術)
*75"座檯架為Y型支架
40" $8,980
送 CATEGORY 2
附送 $1,000超市禮券
46" $10,980
送 CATEGORY 1
附送 3D藍光播放器
55" $19,980
送 CATEGORY 1
附送
75" $64,980
送 CATEGORY 1
SMART TV SERIES 6400
www.samsung.com/hk/gift
2838 6773
QTSA
BROADWAY.COM.HK
分店地址查詢熱線：3144 1889

專業旅運 自由行 機票 酒店
Travel Expert

專業旅運集團成員 香港聯交所主板上市1235

韓國
真正自由行專家

國泰航空公司 • 經濟客位來回香港至首爾機票 • 2/3晚酒店住宿



首爾 • Klive Hologram Concert 3天
Euljiro Co-Op Residence
- KLIVE Hologram 演唱會門票
- 出發日期至14年8月24日

Code 1405096

$3190起

首爾 +Hotel King 拍攝場地 4天
1晚阿爾卑斯酒店＋2晚首爾酒店
- Ocean 700 水上樂園門票
- 出發日期至14年8月24日

Code 1405029

$3490起

其他精選
• 經濟客位來回香港韓國機票 • 2/3晚酒店住宿

首爾 3天
Morning Sky
- 出發日期至14年8月24日

Code 1403103

CX $2790起

釜山 3天
Busan Kukje
- 出發日期至14年8月24日

Code 1404044

KA $2390起

濟州 4天
New Crown
- 出發日期至14年8月24日

Code 1404073

KA $2990起

＋ Eco Land + 騎馬體驗 • 1天自選遊
- 出發日期至14年9月30日

Code 1405071

(5人同行) $670起



以上價格以每位成人佔半房計算並須最少兩位成人同行，價格並未包含相關稅項、燃油附加費及行政費｜廣告內的產品內容及其價格均指乎特定等級或類別的供應情況而定｜基於運作上的因素，我們只能於閣下訂購後方能預留產品｜消費者需注意或未能以廣告內價格購得相關產品｜價格如有更改恕不另行通知｜圖片只供參考｜如對廣告內容有任何意見，歡迎發電郵至advcomment@travelexpert.com.hk

自由行專線
港島 • 8228 8801 • 8228 8802 • 8228 8803
九龍 • 8228 8804 • 8228 8805 • 8228 8806
新界 • 8228 8807 • 8228 8810

旅行團熱線	郵輪熱線	商務旅遊	獨立組團
2115 9828	3188 4538	2529 1999	2115 9910

travelexpert.com.hk 5128 5398
online@travelexpert.com.hk
TravelExpertHKG

62 全港分行服務 牌照 350709



美國西南部[illegible]大自然的鬼斧神工[illegible]美國很多城市與世界其他大城市比較，包括紐約市在內，都是相對較年輕的。不過，美國西南部是古老地質名勝集中地，數百萬年[illegible]

雖然很多美國土著聚居區都[illegible]絕遊客參觀，但每年在八月於蒙大拿州比[illegible]（Billings）附近舉行的烏鴉慶典（Crow Fair）卻非常歡迎遊客到來。這個[illegible]國土著舉辦[illegible]年盛會可[illegible]納四萬人參觀

美國西南部
自駕遊地質寶藏

當從未踏足美國的朋友問我，他們首次到美國旅行，應該到哪兒遊玩時，我的答案往往叫他們嚇了一跳。雖然我長居紐約市多年，並且深愛著它，但我給他們的建議卻是：「你們首次到訪美國，西南部是你的選擇。」

TEXT & PHOTO · ROBERT JEROME TRANSLATION · HANAKO DESIGN · MAVIS

黃石公園內也有一個大峽谷，不過它位於懷奧明州，千萬不要與馳名全球的亞利桑那州大峽谷混淆啊！

ASUS VivoTab™ Note 8
細膩壓感・筆觸隨心 8吋輕巧・商務首選

不少從事商業或創意工作的人士，經常都需要外出洽談業務或作繪圖筆記，一部輕巧方便、反應快捷，集工作與娛樂功能於一身的平板電腦，自然成為口袋裡最重要的隨身物品。ASUS 最新推出的 ASUS VivoTab™ Note 8 平板電腦，機身設計纖薄小巧，更配備WACOM®電磁式感應筆及輕巧無線鍵盤，方便隨身攜帶之餘，亦提供精確靈敏的操控體驗，無論是商務應用還是影音娛樂都能更得心應手。

TEXT Tin | PHOTO Paul | ART TC | INFO BY ASUS



ASUS VivoTab™ Note 8 配備輕巧纖薄的無線鍵盤，只需把平板電腦放置於鍵盤的保護套上，即可當作小型手提電腦之用，方便隨身攜帶。

細膩8吋平板

ASUS VivoTab™ Note 8 配備8吋多點觸控式熒幕，單手亦容易掌握，加上機身僅重380g，方便外出工作時隨身攜帶。平板電腦內建64GB特大儲存空間，更可搭配Micro SD記憶卡擴充至最高128GB (SDXC)，配合長達8小時的電池續航力，讓經常外出工作的用家保持最佳行動力。

內置電磁筆再送鍵盤

ASUS VivoTab™ Note 8 配備最新Windows 8.1作業系統，為品牌首款採用 Windows 8.1的平板電腦，內置Microsoft® Office Home & Student 2013，方便進行文書處理及繪圖筆記。平板電腦具備500萬像素鏡頭，能拍攝清晰細緻影像。產品支援Miracast無線影音傳輸技術，透過ASUS Miracast Dongle能將畫面同步分享至外接熒幕，方便進行會議簡報、影片分享，同時滿足工作與娛樂的雙重需求。



平板電腦機身附設有WACOM®電磁筆，採用獨特的電磁式感應技術，不僅讓書寫更流暢自然，還可進行懸浮定位，提供更靈敏精確的真實筆觸體驗。

ASUS VivoTab™ Note 8
建議零售價：HK$3,998（64GB連原裝藍芽鍵盤）
查詢：ASUS　電話：3582 4738

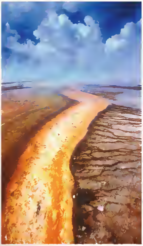


雖然從大峽谷北上黃石國家公園要用一整天時間走850哩，但一切都是值得的。噴泉、瀑布、群山、湖泊和峽谷

黃石公園中的色彩是由……產生的。

美國這麼多的國家公園都位於西南部。大峽谷（Grand Canyon）在亞利桑那州，錫安國家公園（Zion National Park）、布來斯峽谷（Bryce Canyon）、拱門國家公園（Arches National Park）和峽谷地國家公園（Canyonlands National Park）均全部在猶他州南部，彼此距離甚近。往北走的黃石國家公園（Yellowstone National Park）更是懷奧明州的珍貴之寶。

雖然上述各個國家公園都值得你花上最少一個星期仔細遊覽，但若你只想在兩至四個星期之內遊覽多個公園的話，亦是一件可行的事情。至於行程時間自然視乎你是哪類型的遊客，最佳方法莫如自駕遊。若果你覺得從車內望向窗外風景已經很滿足的話，你當然可以在短時間內走馬看花地瀏覽很多地方，但若然你是一名喜歡歷險的遊客，又熱愛遠足和體驗大自然的話，你便需要多些時間了。









美州西南部的乾旱的天氣令區內很多不同品種的仙人掌茁壯成長。

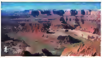
1 黃石公園內的大菱鏡噴泉是美國最大的熱噴泉。
2 下羚羊峽谷在亞利桑那州的佩吉鎮（Page）附近，遊客可以踏著底下的岩石裂縫攀爬而下。
3 黃石公園內的老忠實噴泉每約九十分鐘便噴水一次，很是準時。

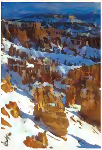

IN SEARCH OF INCREDIBLE
ASUS 推薦使用 Windows。
配置專業級
Wacom 觸控筆
ASUS VivoTab Note 8 (M80TA)
64GB版本
建議零售價$3,998
預載最新
Windows 8.1
ASUS VivoTab Note 8
細膩壓感・筆觸隨心
原廠無線鍵盤
連支架組合
送
Office
預載最新 Windows 8.1
配置專業 Wacom 觸控筆
CPU
8吋 HD IPS 屏幕
asus DESIGN
輕約 380g 10.95mm
ASUS (香港)查詢電話 : 3582 4738 ASUS (香港)官方網站 : hk.asus.com
FORTRESS 2555 5788 SUNING 2783 2999 WILSON 8202 8699
E SHOP 2388 8399 WISE 2398 2626
(詳情請向店員查詢)
Some apps sold separately; vary by market
ASUS Hong Kong
即上 Facebook 讚好
「ASUS Hong Kong」專頁
Work easy. Play hard.
Windows



你可能會覺得奇怪，美國璀璨耀目之都拉斯維加斯，竟然是開展體驗大自然美態之旅的門檻。當你離開拉市，經過利華達州再進入猶他州南部時，叫人屏息的景色就在眼前。從拉市驅車到錫安國家公園只需兩個半小時，公園讓你首嘗目睹紅色化石的滋味。這些紅色化石正是令到美國西南部具有獨特風貌的元素。由錫安公園驅車[illegible]地方——布來斯峽谷。在一條包圍著峽谷的緣邊的路上你可以看到數以千計的岩柱，岩柱是很高的石灰岩柱，隨著太陽在天空移動而由粉紅色轉成紅色。布來斯峽谷在冬天的時候特別漂亮，因為白雪會令岩石上的顏色添上變化。

大峽谷的南緣最為遊客所[illegible]約[illegible]十[illegible]走。遊客走在其上可以[illegible]大峽谷的[illegible]





4. 峽谷地國家公園只有兩條鋪好的路徑，因此很多遊客喜歡駕駛四驅車另覓蹊徑觀光。
5. 布來斯峽谷在冬天的時候特別漂亮，因為白雪會令岩石上的顏色變幻不定。

在猶他州南部還有拱門國家公園和峽谷地國家公園。前者因水和風長期侵蝕紅沙石所形成的超過二千個拱形岩石而命名，後者則是喜愛歷險的旅遊人士的至愛。它凹凸不平的地勢和塵埃飛揚的車路最適合四驅車在路面上飛馳。

在飽覽猶他州的美態之後，便開始向南行前往亞利桑那州，觀賞美洲最受遊客歡迎的旅遊點之一——大峽谷。雖然車程達五小時，但沿途景色怡人。大峽谷的南緣有一條全長十二哩的遠足徑，為遊客提供一連串有利的觀光位置。大部分的遊客都不會完整步行整條路徑，途中自有巴士接載你返回你的泊車處。

亞利桑那州的其他名勝包括從大峽谷開車兩個半小時便到達的羚羊峽谷（Antelope Canyon）。數千年以來，滔滔的地下水在此峽谷內湧成一連串的地下洞穴。距離大峽谷約四小時車程的紀念碑谷（Monument Valley）同樣受到遊客喜愛，因為荷里活很多西部片都這兒取景拍攝。

Info

交通：從香港乘坐達美航空（Delta Airlines）班機前往美國華盛頓州西雅圖，再轉機到拉斯維加斯。當地的麥卡倫（McCarran）國際機場設有各大租車公司的店鋪。

簽證：所有遊客必須先向美國領事館申請簽證

貨幣：1 美元 =7 78 港元

電壓：110/120 伏特

美國國家公園官方網站：www.nsp.gov



美國西南部全年都有牛仔競技比賽。



Kao
10 MINS
Relax雙眼10分鐘
醒神繼續GO!
蒸氣溫熱眼膜 Relax & Go!
冰涼薄荷 喚醒疲倦雙眼
忙足全日，倦眼要Break一Break！用10分鐘蒸氣溫熱眼膜，
持續釋放約40℃溫熱蒸氣，讓雙眼有如置身蒸氣浴，放鬆心情，舒緩疲累；
加上薄荷香氣，用後感覺持續冰涼，激爽醒神，讓你愈忙愈Sharp醒！
めぐりズム
瀏覽更多產品資訊 http://web.kao.com/hk/megurhythm
NEW
めぐりズム
蒸気でホットアイマスク



文藝女生
出走套裝

世界盃殺到，男人都心繫四年一度的激烈賽事，而不是身邊的另一半。文藝女生與其待在原地糾纏「甚麼是越位」，倒不如先下手為強，來一個女生出走大計。一班姊妹淘又好，獨個兒又好，現在就收拾行裝吧！

TEXT · LING DESIGN · MAVIS







林一峰「離開是為了回來」行李牌　$30

作為一個文藝青年，一定聽過林一峰的首本名曲《離開是為了回來》，林一峰早前開 show 時賣此行李 tag　揚言「天涯海角我都陪你走」。出發去旅行，又怎少得如此精緻特別的行李牌？

網址：www sandymama com

關於旅行的書籍《台北巷弄日和》　$117

獨個兒出走，一書可解鬱悶，又有助碰上艷遇　如電影 "Before Sunrise" 的男主角在火車上與正在看書的女主角搭訕，書本成為打開話閘子的道具。所以，一定要帶本書出遊，不妨選一本關於旅行的書，新書《台北巷弄日和》最適合文青不過。

售賣點：誠品香港店
地址：：銅鑼灣軒尼詩道 500 號 希慎廣場 8-10 樓

MIDORI TRAVELER'S NOTEBOOK　$345

想看起來散發著文藝氣質？當然要預備一本記事本，隨時隨地將旅行的見聞記錄下。Midori Traveler's Notebook 是很多旅行達人的不二之選，用料天然，簡單便能 DIY your own traveler's diary。

售賣點：Citysuper / Log-on Store
網址：www.citysuper.com.hk

文藝女生三大熱門短線遊

- 西藏
- 台東（花蓮，屏東，蘭嶼，綠島等）
- 泰國清邁

文藝女生挑選旅行目的地有幾個特點　第　　當然是地方聽起來不平凡　西藏便大熱跑出，她們獨愛風光如畫的發展中國家。其次，必須要有山有水有海灘，否則，bikini 豈不是無用武之地？台東正中下懷，台東比台灣其他地方都特別，有豐富文化背景，加上書店和 cafe 就 perfect。此外　近年清邁都是大熱　很多少女來個泰國廚藝之旅，再到沙灘曬日光浴，回來更可炫耀突飛猛進的廚藝呢

TEXT · TIFFANY PHOTO · FRANKY DESIGN · W @POP（廣告）

THE ZENITH 尚翹峰

灣仔 品味新熱點

追求品味生活的上班族喜歡發掘新驚喜，近來灣仔尚翹峰成為美食新蒲點，這裡結集中法美食及優質精品食材小店，無論是大夥兒暢聚、三五知己靜享，還是購買食材一嚐自煮樂，都能一站式滿足得到，為生活增添姿采。





外國直送鮮果

午飯後，下班時喝杯果汁，吃個水果，身心健康滋潤，富榮鮮果店引入多款由外國直送的水果，如枇杷、蜜桃、巨峰提子等，清甜可口又解膩，吸引不少客人預訂。

e. 山梨溫室桃 $750/盒
由日本直送，咬一口，清甜多汁，滿嘴滋潤。

f. 鮮果店內水果種類繁多，無論外國人、上班族還是街坊們，都是這裡的常客

富榮鮮果店
地址：尚翹峰第1座地下B3舖
電話：9629 0190



古法巧手粵菜

主打粵菜的金兜記以懷舊巧手的烹調手法而聞名，餐廳堅持不加味精，以優質食材炮製原汁原味的佳餚，最適合與朋友同事大夥兒聚餐及商務飯局

a. 海鮮西施泡飯 $188/鍋
以鮮龍蝦湯熬製而成，將香脆米通拌入香軟泡飯之中，多一層咬口

b. 即燒乳豬 $888/隻，$388/半隻，$148/例牌
即叫即燒的乳豬皮脆肉嫩而不膩，蘸上醬汁再與粉皮同吃，層次豐富，齒頰留香





金兜記海鮮菜館

地址：尚翹峰第2、3座地下A2舖及1樓
電話：3907 0878

圍村風味的熱情

季季紅主打圍村風味，價錢大眾化，亦是「米芝蓮」推介食府，適合公司宴樂派對，與親朋好友共歡。



g. 孔雀冰玉鵝 $58/隻，2件起
本土鮑鮮甜彈牙，是夏日菜餚的不二之選

h. 至尊燒鵝皇 $328/隻，$168/半隻，$88/例牌
燒鵝皮脆可口，肉汁於口中融化，香氣四溢

季季紅風味酒家

地址：尚翹峰第1座地下B1舖、1樓及2樓
電話：2976 4000



法廚為你 "play a story"

生活需要情趣，南歐餐廳就有主廚為你安排菜餚，這種貼心盡顯法國人的心思。Serge et le phoque的5 course set（$380），主廚將透過前菜至甜品的5道佳餚，跟你分享一道美饌的故事，3 course set（$280）則由自己話事，適合三五知己靜享用膳。

c. John Dory
煎魚配上兩種不同的醬汁，入口有驚喜

d. Dacquoise Vanilla Cream Nougatine
法式焦糖甜餅內藏雲呢拿忌廉夾心，嚐一口，即時帶來好心情。

SERGE ET LE PHOQUE
地址：尚翹峰第1座地下B2舖
電話：5465 2000



歐美精品食材

現時流行健康自煮生活，外出用餐之餘，閒時親自下廚也是一件賞心樂事，Foodies Gourmet入口各類優質食材，價錢相宜。

i. 美國大草原安格斯自然牛 $48/100g
符合美國農業部對自然牛肉設定標準，無人工添加、抗生素等。

j. Dame De Coeur Du 2008 $1,280
紅和黑的果子，草本和香料的複雜香味，尾韻結實而持久

k. Pape Clement 2009 $1,880
帶有洋李、糖果以及橙汁的芳香，酒香和味覺上的影響受烤肉和烘烤橡木的味道

l. 5J 西班牙 38 個月黑毛豬火腿 $295/100g
5J是擁有130多年歷史的西班牙風乾火腿品牌，伊比利亞火腿富含蛋白質、礦物質及不飽和脂肪酸。

地址：尚翹峰第1座地下B5舖
電話：2986 3832



盛夏泳裝

ROXY BINIKI $638

女生夏天外遊，泳裝及 beachwear 必不可少。少許點綴的新款 bikini 與 straw hats，滲透文藝氣息。

地址：銅鑼灣廣場一期 104-106 & 109 一樓



防曬恩物

Clinique 勻淨科研淡斑防曬液
SPF 45/PA++++ $300 / 30ml

地址：尖沙咀廣東道 27 號海港城 3 樓 3001 號鋪



VERSACE 太陽眼鏡

帶點復古味的太陽鏡，最適合文靜的窈窕淑女。

地址：金鐘太古廣場 308 號鋪



謝曬皮文房四寶

LOG·ON x 謝曬皮「旅遊友畫」系列，開宗明義叫你出遊帶備文房四寶，以畫會友。

售賣點：Citysuper / Log-on Store
售價：練習簿 $36 / 貼紙 $22 / 美白面膜便利貼 $29
網址：www.citysuper.com.hk



H&M Straw hats
$79 / $99





FUJI INSTAX MINI 90 NEO CLASSIC $1,680

Lomo 相機又俗稱文藝青年「掛頸飾物」，一個女生外遊，總要有一部在手。你可以考慮去年推出的 Fuji Instax Mini 90 Neo Classic，除了外形 vintage 典雅外，更擁有 Instax 即影即有功能，完全集 Lomo 精妙之處及即影功能於一身。在旅途上認識新朋友，鎂光嘆一下，相片成為最佳留念禮物。Ⓟ

售賣點：Lomography Gallery Store
地址：上環普仁街 2 號

豐盈秀髮 清爽迎夏

能於盛夏之時，為秀髮營造時尚的豐盈效果當然最理想。然而，香港的潮濕天氣往往令秀髮變得扁塌，加上環境污染及生活壓力，髮絲的老化速度便會加快，並出現細軟無力、脫落及逐漸稀疏等問題。決意擺脫髮絲厄運，首要挑選能帶來清爽及豐盈效果的洗護產品，務求打造一頭健康、濃密及更具彈性的秀髮示人，再度擁抱快樂夏日。

TEXT · BONNIE PHOTO · FRANKY DESIGN · CARMAN @POP（廣告）

冰涼薄荷 改善頭髮稀薄問題

作為由日本進口的首個抗衰老護髮品牌，50 惠於今個夏日推出了全新養潤豐盈洗護（清爽型）系列，其洗髮露蘊含氨基酸潔淨成分，產生的泡沫能夠溫和潔淨細微污垢而不損頭皮，配合護髮素集中滋養，有效保持生髮環境健康，配合 Volumizing Polymer 離子技術，可使洗髮後的頭髮不易打結及黏住，避免髮型扁塌，輕鬆打造蓬鬆及豐盈的 volume up 效果。而其蘊含 50 種獨特養潤成分，包括人參精華、蜂王漿及水解膠原等珍貴育髮成分，使每根秀髮更強韌具彈性，從而改善頭髮稀薄問題。另一方面，為了對抗夏日的潮濕悶熱天氣，50 惠貼心地於清爽型配方中加入充滿夏日氣息的薄荷成分，令人為之一振的冰涼觸感，一方面更有效清洗頭油、髮脂，同時加速頭皮血液循環，讓每根髮絲更健康亮麗，特別適合夏天使用。



養潤豐盈
洗髮露（清爽型）
$99.9/400ml

養潤豐盈
護髮素（清爽型）
$99.9/400ml

養潤育髮精華素
$399.9/160ml

銷售點：萬寧・屈臣氏・UNY・APITA・PIAGO・千色店以及指定惠康・卓悅及 city'super 有售

查詢：2885 0078

降酸，從飲食開始

高尿酸是造成關節腫痛的危險因子之一，近年愈見普及和年輕化，其中男性風險高過女性，幾乎十個高尿酸人士中，有九名是男士。經常飲酒和進食過多高蛋白質食物，都容易造成體內尿酸累積，加上全城期待的足球盛事經已開鑼，又是啤酒花生大派用場的時候，我們更應遵從均衡健康的飲食之道，並配合適當的保健飲品，如余仁生降酸保健茶，有助紓緩尿酸引致的問題。

TEXT · CLAUDIA & KIT PHOTO · FRANKY DESIGN · SK @POP（廣告）



認清尿酸 小心防預

人體尿酸有八成源於身體自身細胞代謝而成，其餘從食物的蛋白質代謝產生。尿酸是體內嘌呤的代謝產物，主要由腎臟排出。當尿酸在血液裡的濃度超過正常值 7.0mg/dl，即表示體內尿酸過多。如持續過高，又未能及時排走，會影響心血管及腎臟健康。

尿酸過高引發的疾病，一般都難以察覺，直至某夜於睡夢中痛醒，大腳趾或關節出現劇痛，才發現尿酸問題，所以我們應從日常飲食著手，特別是戒掉能抑制尿酸排走的酒精，同時少吃含高嘌呤的海鮮及紅肉，或可飲用余仁生降酸保健茶，有助紓緩尿酸所造成的不適，維持健康。



補腎固本 降酸保健

在中醫角度，尿酸問題屬於痹證的範疇，以濕毒為主因，瘀血濕濁瘀阻，痹閉不利而致骨節腫痛，建議患者飲用以貓鬚草及廣金錢草為材料的草本茶飲，有助清熱利水，維持尿酸健康。可是都市人工作繁忙，平日難以抽時間煲保健茶飲、因此余仁生特別推出降酸保健茶茶包，有助都市人紓緩因尿酸過高而引致的問題。飲用時，只需浸泡 20 秒、降酸保健茶採用高濃縮生產技術、令茶包內的貓鬚草和廣金錢草精華更快釋出，令人體更易吸收，加上經預先煲煮及高溫處理、比一般草本茶包更衛生。

尿酸人士健康要點

Do's



- 每天宜多進食綠色蔬菜、及攝取 2 公升以上的水分、以維持健康飲食。
- 選擇優質蛋白質 適時攝取優質蛋白質，例如含大量植物蛋白的豆腐。製作豆腐時，大量嘌呤已溶於水中。
- 盡量選擇低嘌呤的食物，多攝取葉菜類、瓜類、蔬菜及水果、奶、蛋、米、麥等。

Don'ts



- 避免暴飲暴食、多攝取水分以利廢物排出。
- 絕不能喝酒。
- 每天盡量避免食超過五兩肉類。
- 避免食嘌呤含量高的食物如花生。
- 減少進食高脂肪食物，避免烹調中用油過量。由於脂肪在代謝中會產生酮體（keto-body），酮體會抑制尿酸從尿液中排泄。









The Last Game 最後一戰

看足球賽事有兩個難捱時刻，一是開場前要聽一些似是而非的賽前預測，另一是半場時要看廣告。不過如果廣告好看則另作別論，好像 Nike 與旗下球員推出的 "The Last Game" 短片，演出包括 Cristiano Ronaldo、Neymar Jr.、Zlatan Ibrahimovic、Wayne Rooney 及 Andres Iniesta 等球星，以動畫角色於影片出現，穿上各自的國家隊球衣及新球鞋共同作戰。而品牌的新系列足球裝備亦同時登場。

TEXT · RINGO DESIGN · QUEENIE

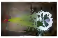
取材 C 朗 唯快不破

Nike Mercurial Superfly

看完賽事，最佳活動當然是踢一場。Nike 最新推出的 Mercurial Superfly，靈感來自世界頂級球員 Cristiano Ronaldo，採用 Nike Flyknit 技術，通過這種全新的 3D 編織技術提升觸球感，在高速帶球時這是一個非常關鍵的要素。此外，動態貼合高筒鞋領使得 Mercurial Superfly 的外形輪廓大為改觀，同時帶來更出色的貼合感，令球鞋成為足部延伸的一部分，被譽為史上最快的足球戰靴。



Nike 總部的設計副總裁 MartinLotti 親身推廣 Mercurial Superfly。



The Last Game
短片

場上穿

世界盃 24 支隊伍中，共有 10 支國家隊穿上 Nike 戰衣，包括巴西、英格蘭、法國、葡萄牙、荷蘭，還有美國、澳洲、韓國、希臘、克羅地亞。球衣採用高科技，幫助球員保持乾爽，例如鐳射切割透氣及網格設計，和 Nike Dri-FIT 科技。這些球衣同時具有環保性，布料提取自回收塑膠瓶。





外觀上每套球衣都融入獨特的國家文化設計。

場下著

Martin Lotti 和他的團隊，還為球迷設計場下的 Nike Sportawear 系列產品，包括 N98 夾克、Nike 窄領 Polo 衫、Tech 運動長褲、Tech Fleece 拉鍊帽衫、Saturday 夾克及 Tiempo' 94。





Tech Fleece N98 夾克沿用經典的 N98 款式—N98 最早於 1998 年在法國世界盃中被森巴軍團所穿著，同時融入了 Nike 創新的 Tech Fleece 技術。



余仁生
Eu Yan Sang
健康無敵
尿酸，可怕的夢魘。睡著，痛醒，睡著，痛醒……
余仁生降酸保健茶，
以全港最具規模的
萃取貓鬚草、廣金錢草之精髓。
泡茶二十秒，精華極盡釋放，
紓緩尿酸不適。
$92 零售價
余仁生
降酸保健茶
Eu Yan Sang
Uric Acid Health Tea
（每盒12茶包裝）
www.euyansang.com.hk/healthtea
余仁生門市及各大萬寧 mannings 有售
澳洲 | 中國 | 香港 | 澳門 | 馬來西亞 | 新加坡
客戶服務熱線 2544 3308 | www.euyansang.com.hk

智醒媽媽 活用流動打印

晚上仍在公司 OT 之際，家中的「小魔怪」卻於電話提醒你簽妥學校的電子通告，又催促你幫他找 project 資料兼列印出來……面對著桌上一大疊的文件，再想起回家埋首於一堆家務後，又要抽時間重新開啟電腦列印，心中泛起了陣陣茫然無助的感覺。事實上，此情此境可以扭轉，HP 先進技術支援流動列印，聰明的家長應善用科技，以流動裝置即可輕鬆打印，減輕自己工作的負擔，爭取更多與子女互動的時間。

Tips1 無須安裝 Android 手機直接 Print

回家後，小朋友嚷著要家居生活照作明天的功課，拍攝後，只要使用 Android v4.4 或以上的智能電話或流動裝置，無須開啟電腦，立即連接打印機印出相片或文件，支援多種格式，Android v.4.4 直接打印技術更暫時唯獨 HP 擁有！



Step 1
於 Android v4.4 的裝置選擇相片或任何儲存的文件（包括 Word、Excel、PDF 等）。

Step 2
點選右上方「更多」按鈕，並選擇「列印」。

Step 3
選擇適當的打印機，並輸入列印數量後，按「列印」完成。

Tips2 支援 Apple 隨時 AirPrint

Android 手機或流動裝置可以無線列印，當然 Apple 的產品也不例外！使用 iPhone 及 iPad 等裝置內的 AirPrint 功能即可輕鬆列印。



Step 1
於 iPhone 及 iPad 等裝置選擇相片或網頁。

Step 2
按下右下方的「列印」。

Step 3
選擇適當的打印機，並輸入列印數量後，按「列印」完成。



Tips3 打印機收 Email？ Email 直接列印

以往收到 email 後經常需要先下載附件，抄寫到電腦及開啟後才能列印。HP 獨有的 ePrint 技術，貼心地為雲端打印機自設 email address，家長於 email 收到學校回條、通告或工作紙時，只需 forward 到 ePrint address，打印機便會自動列印出電郵內容及附件資料。



列印出電郵內的文件後，小朋友在家中可立即到打印機收取工作紙。

手機打印 Apps　列印無界限

不少家長逗留公司的時間總比家中長，甚至經常於外地工作，但仍不忘在外為小朋友準備練習或網上資料。配合 HP ePrint 手機 app，便可隨時隨地用手機控制家中的打印機，除了遙距打印，更可設定數量及編輯相片等，比 Android 直印或 AirPrint 更方便好用。

HP ePrint　App Store

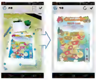


有趣實用　All-in-one Remote!

經常面對如字典般厚重的雜誌或書本，根本難以放於打印機上掃描，只需善用 HP All-In-One Remote 手機 app，內置的 Document Capture 功能，單靠拍照便能神奇地把文件掃描出如列印機般的效果，讓你成為一位智醒家長！

Step 1
拍攝所需要的文件，並選擇掃描範圍。

Step 2
完成後，文件或圖片會被自動修正成列印機的掃描效果！



STEP 1　STEP 2

HP All-in-one Remote　App Store

Club Metropop　metropop × HP「成長樂印」體驗工作坊

HP 的流動打印技術讓家長與小朋友活用先進科技，一同享受學習與成長的樂趣，工作坊邀請了皮紋分析師，為小朋友的性格及潛能作詳細剖析，而小朋友也可親身體驗不同國家的文化，參加者當日更有機會贏取豐富獎品！

工作坊詳情：
日期：2014 年 7 月 5 日 (星期六)
時間：下午 2 時至 5 時
地點：小企鵝樂園 Vico Sky (尖沙咀)
名額：50 位小朋友 (年齡 6 歲至 12 歲)，每名小朋友可由一位成人陪同參與活動
費用：全免

活動內容：
1. 皮紋分析工作坊 - 讓父母從小朋友的指紋中更了解其性格及潛能
2. 兒童文化體驗班 - 讓孩子學習不同地方的特色
3. 流動打印應用教學

*活動詳情　條款及細則請參閱報名網頁

參加辦法：
Club metropop 會員立即到 metropop com hk / metropop app 填寫報名表格　以 100 積分換取參加名額 2 個 (1 位小朋友及 1 位成人)
(非會員可立即於 metropop com hk 進行登記，並即時獲得 100 積分)
截止日期：2014 年 6 月 30 日
查詢：3667 4806

工作坊參加者有機會獲得豐富獎品



李啟剛博士
權威皮紋分析師



條款及細則：
參加者需帶備智能手機或流動平板，流動裝置須具備 WIFI 功能，用作體驗 HP 打印機不同功能　被選中參加工作坊的參加者將會另行通知　填報失實或填漏個人資料者　將被取消參加資格，參加名額不得轉讓他人，出席者需同意大會拍攝現場活動照片供 metropop 或 HP 作日後刊出或宣傳用途　而無須向參賽者支付版權費　有關商戶於是次活動提供的產品及服務質素　metropop 概不負責，如因天氣關係令是次活動有所改動　將另行通知　如有任何爭議　metropop 及 HP 保留一切最終決定權。

特別鳴謝 hp

Pop　App Store　Google play　Samsung Apps　metropop

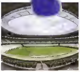
www.metropop.com.hk　facebook.com/metropopHK



高智能**世界盃**

運動結合科技在今天已非甚麼新鮮事，但在四年一度的世界盃中，除了部分國家以 4K 高清播放（可惜香港沒有）以外，到底還有甚麼最新科技派上用場呢？

TEXT · RINGO DESIGN · BALLBALL

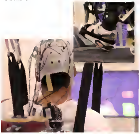






足球計劃 叫癱瘓的走路

今屆世界盃有一項名為"Walk Again Project"的再度行走計劃，在開幕禮主持開球的少年雖然失去雙腿，但靠著 3D 列印的偵測腦電波頭盔，少年便可將控制腿部動作的腦電波，傳送到穿在腿上的外骨骼裝置，用以控制義肢的姿態與踩在地上的壓力，自動穩定步伐，少年從此不但可重新走路，還可以踢球。



英格蘭 iPad 監視器

話説英格蘭國家隊球員在開賽前一星期每人收到了一部 iPad，原來是主教練 Roy Hodgson 的鬼主意。他找來球隊表現分析經理 Andy Scoulding 及助手負責編寫了一款 iPad app，此 app 可以用來查看所有有關比賽的訊息，用以研究對手表現及比賽中需要防守的球員，簡單來説，就是要做到「知己知彼」，至於是否百戰百勝、便要看分組賽的表現了。



Google 遊巴西 落場踢波

雖然大家都熱愛世界盃，不過相信今年前往巴西現場欣賞的人相對較少，一來遠、二來治安不好。Google 街景最近收錄了巴西世界盃所有的 12 個場館、你可以在球場內隨意漫遊，於中場線扮開波、甚至乾脆走到龍門前面扮守龍。除了場館，Google 還精心收集了巴西的名勝，從著名的大瀑布到亞馬遜雨林，還有各大博物館、修道院、紀念堂等，讓你在看波之餘也作個網上旅行團，虛擬遊走巴西球場與街道。




ROBOCON
ABU Asia Pacific Robot Contest 2014 Pune
HONG KONG
主辦機構
CYBERPORT 數碼港
HONG KONG COMPUTER SOCIETY
協作顧問
RTHK 香港電台
全港大專生機械人大賽
親子樂融融
2014
ROBOCON HONG KONG CONTEST
A SALUTE TO PARENTHOOD
大賽
22－6－2014｜星期日
下午 2:30－5:00
數碼港商場全天候廣場
節目詳情，請登入網址：
www.roboconhk.com/2014
電視節目
20－9－2014｜星期六
晚上 7:00
無綫電視翡翠台
港台電視31
查詢方法
電話：
2834 2228
電郵：
robocon@hkcs.org.hk
贊助商：
白金贊助商
CYBERPORT
銀贊助商
CONTINUOUS TECHNOLOGIES INTERNATIONAL LTD
銅贊助商
INSIGHT ROBOTICS
NEC

04 Lifestyle gadget

UPGRADE! 睇波裝備

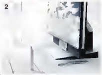
世界盃經已開鑼，你為你的家居影音裝備武裝了沒有？
趁著決賽還未舉行，快來升級你的睇波裝備！

TEXT · RINGO DESIGN · BLUE



B&O Image Processing 能使圖像更接近真實，還原度高同時更有明顯的景深。





1 除了掛牆架與落地腳架裝置外，Stuart 亦有桌架設置，各方面配合香港人的窩居設計。
2 7.1 環繞聲模組聲音面板於電視開啟時會自動展開，而當電視關閉時它會退回機器內。

大屏幕爆人浪 B&O BeoVision Avant



BeoVision Avant

今年依然有不少商場舉行直播，想做到像商場投影大銀幕的效果，可考慮在家中添置這款 Bang & Olufsen 的 55 吋 BeoVision Avant，超高清（4K）視頻加上 7.1 環繞聲模組，聲音面板的移動會與新腳架的移動保持協調，讓你感受一如現場萬人簇擁的震撼現場聲效。另外，通過內置的 Immaculate Wireless Sound 能與 B&O 無線揚聲器連接，操作就好比打開電視機一樣簡便。BeoVision Avant 也實現了百分之百網路連接，且留有空間放置 Apple TV，還在背板內部設置了硬碟驅動器，方便大家欣賞從網絡尋找回來的直播視頻。

售價：88,000（BeoRemote One 和掛牆架）
售價：14,995（電視座地架，座枱架，掛牆架）

Sony x FIFA 限量版配件



限量版波衫及隨身包　SBH-20 NFC 立體藍牙耳機　SmartWatch 2 智能手錶

SmartWatch 2／SBH-20 NFC

Sony 是今年 FIFA 世界盃指定合作伙伴，因此推出了一系列世界盃限量版配件，包括 SmartWatch 2 智能手錶，SmartBand 智能手帶及 NFC 立體聲藍牙耳機 SBH-20，以今屆世界盃主辦國巴西之黃綠主色設計，森巴色彩濃厚。另外凡購買 Xpena Z2，Z1 Compact 或 Z1，即可免費獲贈 Sony x 世界盃限量版球衣，讓你將世界盃熱潮穿上身，而購買 Xpena™ M2 或 Xpena™ T2 Ultra，則可免費獲得 Sony x 世界盃限量版多功能隨身包。

售價：$1,798（SmartWatch 2）/ $798（Sony SmartBand）/ $298（Sony SBH-20 立體聲藍牙耳機）
日期：即日至 7 月 13 日
查詢：8203 8863

上車睇入球 "myWorldCup" App







myWorldCup App

在這軟件中，球迷只需透過 Android 或 iOS 的手機或平板電腦，免費下載及開啟 "myWorldCup" app 後，輸入通行證的「登入 ID」及 "PIN"，然後按「登入」即可。App 內提供多角度鏡頭選擇收睇入球，亦可預較的「智能下載」功能，64 場賽事精華片段隨時重溫，而且更有最新，最熱世界盃新聞短片及圖片，以及詳盡的賽程表及積分榜，32 支精英球隊介紹及賽績等，緊貼各隊伍最新動態。

"myWorldCup" 可隨時隨地緊貼 2014 巴西世界盃戰況，收看直播全程 64 場賽事。

Greenies × NPV 狗狗愛牙月

三歲以上逾八成的貓狗都受牙周病困擾，擁有健康牙齒，自能提升牠們的生活質素，相反，發炎甚至出現牙周病均嚴重影響牠們的成長健康。為了鼓勵大家關注狗狗口腔衛生，每年5月，香港非牟利獸醫診所（NPV）都會跟Greenies合辦愛牙活動，為狗狗提供免費獸醫專業牙齒檢查及潔齒骨試用裝。

TEXT · KAKO DESIGN · SK @POP（廣告）



NPV駐診獸醫關凱玲建議大家多留意狗狗口腔狀況，並定期找獸醫檢查。

關注狗狗牙齒健康

連續5年舉辦的「狗狗愛牙月」，NPV主席麥志豪（Mark）表示，往年收到大量查詢，活動相信可以為各位狗主提供更多潔齒資訊。「狗狗與人一樣，都會出現口腔健康困擾，同樣只要養成良好的潔齒習慣，兼定期找獸醫檢查，有助預防發炎、牙周病等口腔問題。」經過多年的口腔推廣活動，Mark留意到近年大家對寵物的牙齒健康重視程度明顯增加，亦習慣定期給寵物作口腔檢查，他希望將正確的潔齒訊息推廣給每一個主人，讓狗狗從小開始，便養成潔齒好習慣。

從小養成潔齒習慣

口氣、發炎、流牙血、牙肉腫脹等都是牙周病的徵狀，作為狗主，應時刻留意牠們的口腔情況。「因為口腔問題而求診的貓狗，比例各佔一半。主人經常忽略替牠們檢查，到有問題需要求診時，情況已經變得很壞。」NPV駐診獸醫關凱玲建議大家開始讓狗狗從小適應刷牙，剛開始時可以多跟牠們互動、撫摸口部位置，訓練牠們習慣潔齒這個動作。





積極推動狗狗愛牙活動的NPV主席麥志豪（Mark），期望今年活動可以繼續為狗主帶來更多護齒建議。

Greenies 潔齒骨 狗狗牙齒更健康

關注狗狗牙齒健康，除了每天刷牙定期到獸醫處檢查，亦可為牠們選擇具潔齒功效的潔齒食品。榮獲國際獸醫牙齒保健委員會（VOHC）認證的Greenies狗隻潔齒骨，有效減少牙菌斑及牙結石形成，預防各種口腔疾病。





國際獸醫牙齒保護委員會
連續使用28日，
減少60%牙結石
及32%牙菌斑



Greenies
狗隻潔齒骨*

*謹記常備食用清水　並陪伴愛犬慢慢咀嚼。

更多有關「Greenies x NPV狗狗愛牙月」詳情，可瀏覽www.greenies.com.hk。



粉刺、豆豆、油面
吸引力跌watt元兇
甜美外貌、溫柔可人，是眾男士心目中女神的特徵；幽默風趣，果斷自信，是型男的別號。可是，一面油光伴着粉刺黑頭，加上礙眼的豆豆，點算？
要keep住吸引力，就要啟動「零豆淨肌」！
pH 5.5
零豆淨肌
擊退粉刺、豆豆、油面
pH 5.5
「施巴」Clear Face 淨膚潔面泡
醫學護膚 展現吸引力
溫和細緻泡沫，深入淨化毛孔，有效去油除垢。醫學pH5.5配方，實証增強皮膚保護膜功能，預防粉刺豆豆形成。
如長有豆豆，獨特抗菌除豆成分Montaline C-40，醫學證實，使用4星期，豆豆數量明顯減少[1]。
『施巴』淨膚潔面泡經使用調查，獲100%香港大學生及98%OL滿意推薦[2,3]，用後肌膚爽滑潔淨。通過醫學測試，無鹼無皂、低敏溫和，避免刺激肌膚，配合敏感性、暗瘡性和健康皮膚。
醫生選用
100%大學生滿意推薦
98%OL滿意推薦
想進一步了解「零豆淨肌」秘訣？
請即登上 Sebamed Clear Face HK
施巴
CLEAR FACE
淨膚潔面泡
淨含量 150毫升
『施巴』
淨膚潔面泡
pH 5.5
施巴
CLEAR FACE
醫生及藥劑師共同推薦的粉刺、豆豆油面護理系列
1 Kel, D.E.G. Jung; C.Bayerl: Effects of a mild detergent syndet cleanser for mild acne on skin barrier function. Am. Derm. Venereol., 128, S377. 2002
2 根據2012年香港大學生試用調查報告 3 根據2008年Jessica Code讀者試用調查報告
經銷商 Mekim 美儉有限公司 產品熱線 香港 (852) 2774 8384 澳門 (853) 2870 3011

花前說月事

花開花落，就像女人的生理周期，古時有以「天癸」代表月事，許多人卻把「癸」誤讀成「葵」，衍生出以「葵花」成為月事的代名詞。葵花洋溢朝氣與生命力，月事也是女性的象徵與靈魂，可是，經期中的女性總像殘花般憔悴，都是因為體弱氣虛壓力等等所致，只要明白箇中道理，善加調理，以後來經時，就像看見花開般帶來愉悅心情。



TEXT · TIFFANY & CLAUDIA
PHOTO · PHYLLIS HO
ILLUSTRATION · PHYLLIS HO
MODEL · ELYSE B.
DESIGN · W

關於月事 我聽說……

坊間流傳許多有關經痛似是疑非的說法，究竟誰是誰非，當中有何根據？註冊中醫師楊明霞逐一揭開疑團。

Q1 吃朱古力可以紓緩經痛？

A： 目前還未有正式的醫學文獻指出朱古力對紓緩經痛有直接關係，不過從營養學而言，朱古力含有鎂，有助放鬆子宮肌肉，而可可成分能釋放血清素、腦內啡，帶來輕鬆心情、間接可幫助因情緒而引起的經痛。

Q2 韓國漢方中藥衛生巾聲稱可紓緩經痛，真的嗎？

A： 暫時沒有中醫學根據、衛生巾的中藥成分不能滲進體內、而陰道口亦沒有嗅覺神經接收中藥氣味並傳送到中樞神經系統幫助放鬆心情。

Q3 女性生育後可減少經痛情況？

A： 對於因為子宮前傾或後屈而造成經痛的女性、懷孕有助矯正子宮　解決經痛問題。此外，生產後子宮平滑肌較鬆弛、有機會減少因子宮平滑肌不規律抽搐而引致的經痛情況。



Q4 經期時不宜洗頭？

A： 由於洗頭容易讓濕氣、寒氣進入身體、而經期時抵抗力較弱，容易因而引致感冒，只要洗頭後立即吹乾便沒有問題。



楊明霞註冊中醫師

在中醫皮膚及美容保健方面有深入究、除了中醫診症及撰寫專欄外、亦兼任香港浸會大會中醫美容文憑講師。

Q5 服食藥物會導致亂經？

A： 一般中藥都是按體質而處方、影響經期的機會較低、但西藥因含有化學成分、有機會影響經期。生病也會影響經期、中醫角度寒性感冒會令體內血液運行減慢、不通暢、西醫角度、感冒會影響荷爾蒙分泌、擾亂雌激素、黃體酮，都會延遲來經。



瘦身調理二合一

原來女士們經期後的十天是瘦身的黃金時機　Angel Face 特設「黃金十日瘦得快」療程組合，以獨特飲食餐單　配合多種專業瘦身療程，能有助調和體質及健康瘦身



促進血液循環　排出毒素

身體的新陳代謝於 period 期間會隨之變慢、Canvas 淋巴排毒身體護理油採用多種香薰油及基礎油調配而成，能有助促進血液循環及新陳代謝　並協助身體排毒



紓緩經期不適

想改善每月數天的不適感覺？可選用蘊含優質天然月見草的 CATAOLO 女士月見草油精華　當中 GLA 能有效紓緩女士周期不適　改善精神疲倦及皮膚質素等問題。



為肌膚注入水分

每月總有幾天肌膚會變得繃緊暗啞　CUPAL Beauty 瑞士膠原蛋白美肌精華，容易被人體吸收　更添加 O10、透明質酸及 Pro-NAGyl、每日一杯有效迅速回復肌膚彈性及水潤。


京都念慈菴出品
念妍方 黑糖四物膏
PERIOD到，一定唔舒服？
「念妍方」黑糖四物膏蘊含當歸、黑糖、紅棗及黨參等成份，助你月月輕鬆調補，「PERIOD」自然舒服！
調理好身體
"28 DAYS" NORMAL DAYS!
食用後多飲開水
效果更佳！
顏卓靈
查詢電話：2438 9988 網址：www.4herb.com.hk 各大指定連鎖店均有代售
念妍方

那日子，萎靡不振



每月就近或踏入經期，總是肚脹、疼痛、煩躁、疲憊，還要面對急速的生活節奏及一堆公事而裝著若無其事，那抹「頂硬上」的冷汗唯有女人才有共鳴，然而，正常的月事根本不會帶來種種苦楚。

為何不適？

從西醫角度、內分泌失調、子宮發育問題、如子宮前傾或後屈、心理情緒受困都是導致經痛的三大類原因，楊醫師指，「中醫角度則認為體內血液運行不通及身體虛弱，以致血液不夠、運行太慢都會導致經痛。而經前期，氣血集中到子宮供養子宮內膜、子宮以上的各器官猶如『空城』，平時容易出現的不適於經期時會加劇，例如，平時腸胃弱，經期前便容易肚瀉或嘔吐。」

適時保養

經前準備
經前一星期是預防經痛的黃金時間，可使用暖水袋熱敷肚臍下二吋位置，這是婦科穴位。忌吃生冷食物及衣著暴露。

急性止痛
當經痛愈來愈劇烈　於婦科穴位上進行針灸，具有顯著的急性止痛療效。

經後調理
經期不適時及經後兩　三天，需要服用有助補血的湯水，當歸、益母草及紅棗都是常用的中藥，當歸可補血、活血，益母草可活血調經，紅棗能補氣血。薑、紅糖和薑屬溫性食材，有助驅寒，紓緩經痛，不過黑糖比紅糖強　不宜夏天飲用，容易出暗瘡，建議選擇紅糖或薑。

何謂健康月事

時
- 28至30日為一生理周期
- 經期約5至7日
- 來經不早/遲超過7日

色
- 首1至3日屬深紅色，非暗色
- 第4日後變淡紅、啡色

質
- 第4日後變淡紅、啡色
- 首1至3日偏稠厚
- 第4日開始偏稀

量
- 首1至3日偏多（使用6至8塊衛生巾）



調和身體　紓緩經痛
經痛是不少女士每月總會面對的問題，京都念慈菴念妍方黑糖四物膏蘊含當歸、川芎、白芍等十多種中草藥成分　加上黑糖調配　經期後連續飲用五天能有助調理身體。



改善體質　紓緩經期不適
能夠補氣益血　促進血液循環的位元堂燕窩白鳳丸　蘊含當歸　熟地黃製益母草及燕窩等成分，能改善月經期間的皮膚問題　以及小腹痛楚、面色蒼白及手腳冰冷等問題



PAPULEX®
百修麗
PAPULEX
Gel
For Localized Spots
暗瘡肌膚
新體驗
唔乾！唔甩皮！
1 消炎
減少暗瘡印形成(1)
2 隔菌
隔離82% P.acne細菌(2)
3 控油
減低油脂分泌及油光(Papulex 清爽控油保護霜)(3)
使用6星期效果(5)
99%皮膚專科醫生證實有效(4)
LOVE YOUR SKIN AGAIN
標準價$416
夏日體驗$299
1. 維他命B3
- 有效消炎，改善皮膚質素
- 去暗瘡印，使膚色均勻
2. Active ABA
- 有效隔離高達82%痤瘡桿菌 (P.acne)(2)
- 阻止痤瘡桿菌 (P. acne)於皮膚上滋生
3. 納米鋅
- 高效控油，平衡油脂分泌
- 使用4星期，可減少22%油脂(3)
Reference:
HK/PAP/022014/017
MENARINI
A. Menarini Hong Kong Limited
查詢電話：(852) 3605 5811
Papulex Hong Kong
mannings 萬寧
watsons 屈臣氏



唐安麒美顏瘦身專門店（星期日及公眾假期照常營業）

香港 • 中環 3525 0388 • 銅鑼灣 2890 2198 • 尖沙咀 2366 2318 • 九龍灣 2997 3886 • 沙田 2693 4738 • 葵芳 3527 0668 • 上水 3156 1688 • 屯門 2440 8188
中國 • 深圳地王店 86-755-82072005 • 廣州天河店 86-20-38816059 • 廣州五月花店 86-20-83183188

BEAUTY CREATIONS

ANGEL FACE

唐安麒健康瘦身

Be a PERFECT 10+

黃金十日瘦身經

妳的獨有周期　成為瘦身關鍵

每個女性都有著不同生理期的煩惱，手腳冰冷、身形臃脹、心情鬱悶等，都是常見的問題。但生理期過後，消化、吸收及新陳代謝的效果較佳，如可配合針對性的瘦身餐單及療程，瘦身效果更加顯著，可能是妳成功瘦身的關鍵。

ANGEL FACE 黃金十日瘦身經，把握妳的獨有周期，瘦身、調和、重塑真我，將妳每個月的煩惱，變為每個月最期待的超猛瘦身日子。

即上www.angeltong.com.hk了解更多!

根據Strategic Focus 2010年市場調查報告，唐安麒美容瘦身專門店為最有信譽及可提供最優質瘦身的瘦身公司。

想知更多健康資訊，Click 入 http://blog.angeltong.com.hk

唐安麒 ANGEL FACE 搜尋

顧客服務熱線：8120 0088



掌握護膚周期

雌激素又名女性荷爾蒙，與肌膚關係密切，是散發女性柔美魅力的來源。在女性的生理周期間，雌激素與黃體素的平衡律動，決定了女性生理及皮膚的狀態。楊醫師表示女性應特別注意經期的第 1-7 日和第 15-28 日，因為前者是免疫力最弱的時期，而後者則容易血氣不足，所以建議大家好好呵護自己的經期，讓荷爾蒙更穩定，輕鬆養出如花嬌顏。

周期	日子	身體狀態	皮膚狀態	護膚對策
月經期	第 1-7 天	雌激素與黃體素分泌急速降低，子宮內膜剝落，抵抗力變弱，肌膚的新陳代謝也跟著變慢，對外在環境的防護力低。	**黑暗期** • 較易敏感 • 乾燥脫屑 • 臉色暗沉 • 易生粉刺暗瘡	• 加強保濕抗敏 • 溫和潔面，避免過度摩擦肌膚 • 避免使用含酒精及香料等刺激性護膚品
濾泡期	第 8-14 天	雌激素分泌的高峰期，能促進皮膚新陳代謝及血液循環，並且調節抑制皮脂腺分泌的油脂量。	**黃金期** • 毛孔細緻 • 膚質光滑緊緻 • 氣色紅潤 • 容光煥發	• 可給肌膚做更深層的營養補充，不妨使用較高濃度的護膚產品 • 加強功能性護膚，如去角質、清理粉刺暗瘡、深層美白等
黃體期	第 15-28 天	黃體激素分泌的高峰期。黃體素和雄性激素結構類似，會使皮膚角質粗糙增厚，油脂分泌旺盛、黑色素活躍。	**危險期** • 容易出油 • 毛孔粗大 • 易長青春痘 • 臉部易泛紅 • 加重酒糟和脂漏性皮膚炎等皮膚問題 • 易長黑斑	• 加強清潔 • 使用清爽型護膚產品 • 避免使用過於厚重的化妝或護膚品 • 注意防曬適量使用美白產品

月下栽花 花成蔭

常說女人如花，健康美麗的女人永遠是這世上一道亮麗的風景。可是月事一到，肌膚狀態總不穩定，暗沉臉上更不斷長痘痘，連帶情緒都大受影響。其實護膚跟種花一樣，要分季節及周期。善用月事周期護膚，要保持花容月貌再不是夢想。



重點修護 局部淡化
要高度戒備痘痘重現，便要重點護理肌膚。Papulex 重點淨化精華屬透明 gel 狀質地，塗上患處後不乾、不脫皮，消腫速度快，特別適合於妝前使用，同時紓緩女士周期性的肌膚問題。



長效抗菌 抑制暗瘡
不少女士於月經期間都面對皮膚轉壞的困擾，Acnes 藥用暗瘡啫喱蘊含暗瘡護理成分 Sulfur，能抗菌長達 4 小時，強效治療暗瘡，並有助減少粉刺及暗瘡復發。



(廣告)

懂得選擇 輕鬆踏上美麗之路！

香港女性追求完美，無奈『每月的重要日子』都要面對經痛、小腹脹痛、面色蒼白、皮膚暗啞，豆豆滿臉的問題。加上平日缺乏運動及睡眠不足，以致氣血運行不順之情況十分普遍。由於缺乏專業的指導，大部份女性都只會胡亂服食止痛藥和購買名貴護膚品等治標的方法。

女性要靚就要懂得去選擇，中藥美顏已成為潮流，中醫學的美顏理論主要源於內在身體的保養及調理，天然的中草藥配方經歷時間引證，做到真正的內在調理，位元堂白鳳丸系列配以上等藥材秘製而成，當歸，熟地黃，製益母草等中藥精華，能補氣活血，滋陰養顏，改善週期不適，長期服用，能改善體質，現代女性的恩物，位元堂全面照顧您需要，悉心配製出3款白鳳丸，適合不同階段，不同體質的您!

全力反擊 任何日子都不要失色

位元堂



珍珠 具有解毒生肌，潤膚祛斑之功效

青春白鳳丸有助改善週期期間所出現的肌膚問題及舒緩週期不適

為民出價

青春白鳳丸80粒裝

買1送1

原價~~$198~~/盒

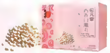
優惠期由2014年6月20日至6月26日

此優惠只限香港位元堂門市及 watsons

No.1 客戶服務熱線 2727 8911 www.waiyuentong.com

位元堂青春白鳳丸

位元堂青春白鳳丸，特別以珍珠末配合當歸，白芍等20種純天然中藥提煉而成，成份溫和不燥熱，有助改善週期性皮膚暗啞，煩躁不安等不適，當中珍珠成份更有助肌膚回復柔軟及彈性，淨白無瑕，令肌膚時刻保持白滑。



位元堂燕窩白鳳丸

位元堂燕窩白鳳丸，燕窩成份能有效促進表皮細胞再生，改善肌膚彈性，令皮膚變得幼嫩無瑕，並有效改善月經來潮時皮膚問題，其他有效成份如當歸，熟地黃，製益母草等均能補益氣血，促進血液循環，改善女性週期不適徵狀如小腹痛楚，面色蒼白及手足冰冷等問題，滋潤，不燥熱。



位元堂參茸白鳳丸

位元堂參茸白鳳丸，精選上等紅參及鹿茸配以多種名貴天然中藥研製而成，能改善婦女經期不適的徵狀，益氣補血，且可補脾益腎，滋補養顏，參茸白鳳丸是女士們的滋補佳品，特別適合身體虛弱或產後婦女。



位元堂白鳳丸由多種名貴藥材提煉而成，不用費時煲藥，錫袋小丸裝，方便攜帶，食用簡單，輕輕鬆鬆享受自然美！

健康美肌是每個女性畢生追求，坊間五花八門的護膚品，只能給你短暫的光彩，難以抵抗歲月的洗禮，只有由內而外的自然美才能持久，真正的美，由位元堂白鳳丸開始!



位元堂白鳳丸其他成份



當歸	熟地黃	益母草
補血活血 調經止痛	補血滋陰 益精填髓	活血調經 利水消腫

05
Fashion
Boutique

Lele 是本地新 [illegible]
head piece 多 [illegible]
常穿帶，所以請張 [illegible]
做到搶眼悅目效果，喜 [illegible]
設計風格偏向表現人類 [illegible]
黑系的小伙子，今次 [illegible]
的設計與時裝心得。

TEXT・ELTONgWK PHOTO TEDD [illegible]

HK UPCOMING HEAD PIECE DESIGNER



一向與家人關係良好的 Lele 可算是出生於設計世家，經常與雙親分享創作心得。Lele 的母親修讀室內設計，父親則從事名店裝潢，Lele 說父親有時會有些藝術家脾氣，和自己有點相似，但亦多得父親常傳授設計之道，使 Lele 經常看電影和閱覽大量 art work 及 design reference，亦曾參與廣告橫額拍攝及品牌造型指導等。

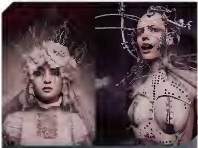


Lele Cheung（張子宇）

22 歲，修讀 fashion styling & image，近年專注頭飾設計，平日也會設計些比較輕便的配件如鼻環、袋子等。希望有人懂得欣賞自己的作品，並繼續以創作的方式生存下去。

Instagram：Lele Cheung
facebook：Lele Tszyu Cheung

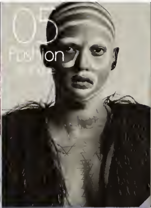

新地9大商場
森巴狂熱
足球盛事
GO for Gold
新地9大商場
金球大抽獎
1 June - 13 July
參加辦法：顧客凡於推廣期內，於參與商場*內電子消費滿HK$200#，即可換領抽獎券一張，頭獎得主可得999.9純金足球擺設(約4両重)總值HK$70,000！
換領日期：即日起至2014年7月13日(星期日)
換領時間：1-10 pm
(截止日期及時間為2014年7月13日晚上10時正，逾時無效)
換領地點：各商場抽獎券及禮品換領站
*參與商場：wtc more世貿中心、東港城、Mikiki、Landmark North上水廣場、將軍澳中心、屯門卓爾廣場、屯門錦薈坊、荃灣荃錦中心及新領域廣場
#必須為單一即日機印發票，每張發票最多可換領10張抽獎券
獎品總值超過HK$300,000
頭獎1名
999.9純金足球擺設
(約4両重)
總值HK$70,000
二獎1名
OSIM 天王椅 S
總值HK$26,800
三獎1名
周生生18K/750
白色黃金紅寶石頸鍊
總值HK$15,000
以及其他獎品
詳情請參閱宣傳海報之抽獎條款及細則。
推廣生意的競賽牌照號碼：43272
參與商場*：
新鴻基地產 Sun Hung Kai Properties
3880 9830
2576 4121
3889 7388
2638 9638
3417 4328
2468 2009
2450 0101
2413 4602
2413 3118
禮品贊助(排名不分先後)：
周生生
JC SHOP
MISSHA
ORLANE
SK-II

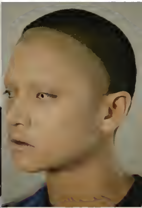


katarzyna konieczka

一位出生於波蘭，現時為倫敦舞台服及 avant-garde fashion 的服裝設計師，作品多數以裝置式藝術呈現。

facebook： katarzyna konieczka
Instagram： katarzyna_konieczka





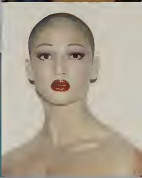


Boy Child

新興行為藝術家及舞台[illegible]
紐約，喜歡利用突出的[illegible]

Instagram： boychild







m：metropop　L：Lele

m：何時開始創作 head piece ？

L： 修讀 fashion image & styling 時開始，那時覺得既然身體需要衣著，難道頭就不能著衫？所以便試著組合一些小型 accessories，無意中發現只要把大量 accessories 拼在一起，就會很自然形成一個 head piece，就像小時候砌模型的感覺。

m：從何尋找創作靈感？

L： 我通常會看大量 art reference，多留意身邊事物的細節，再利用逆向思維去發展新概念，從而引發靈感。



Tim Walker

來自英國的時尚攝影師，畢業於英國艾希特大學藝術系，作品曾於 "Vogue" 雜誌發表而大受好評，亦奠定在時尚攝影圈的一席位。

網址： http://timwalkerphotography.com

m：近來有沒有欣賞的人、事或物？

L： 人物方面有三位非常欣賞，分別是 katarzyna konieczka、Boy Child 和 Tim Walker。還有一個美國電視節目我也挺喜歡，名叫 "Face Off"，講述特效化妝。

> **"Face Off"**
>
> 
>
>
> 美國真人秀節目，比併製作科幻和恐怖電影中的人體特效，由 3 名真斯卡金像美化妝師 Ve[illegible] Neill《幻海奇緣》[illegible] 特效化妝師 Glenn Hetrick [illegible] 菲》、《飢餓遊戲》及 [illegible] Tatopoulos《全面回[illegible] 擔任裁判；目前正播放[illegible]

m：製作過程中有何難忘經歷？

L： 最初只想製作首飾配件，後來發現把細微的配件組合，便可成為 head piece，那刻很難忘。至於搜羅材料方面，我經常買漏材料，又或在製作過程中才知道尚欠甚麼材料，曾試過做一個 head piece 來回十次深水埗。

m：對你來說時裝是甚麼？是否藝術？

L： 只要在身體上出現的東西都是時裝。時裝亦代表著個人品味，應該是種擁有個人特質，而不是隨波逐流的東西。藝術是能夠帶穿人去到甚麼的境界層面，亦有點像給予作品一個故事。

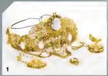
m：那設計是甚麼？

L： 設計是我們日常的基本技能，每個人都可以是設計師。因為我們天生就懂得創作和創造。但每個人的設計潛能都不相同，要視乎他們想要選擇的路，所以簡單點說設計就是生命。

m：未來有何創作方向？

L： 我的作品其實多數想表現人類的陰暗面，因為每個人的內心深深處都是個無底洞，而且人人都不一樣，表面完全看不出的，例如自私、貪心、好色等。而我的作品都想帶有自己個性，還有我覺得任何方向的設計都是互相掛鉤的。

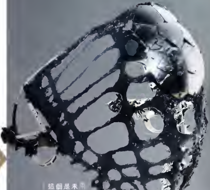
HEAD PIECE
by Lulu







1. 「這皇冠看似是巴洛克和文藝復興的複合體，其實融合了中西合璧的設計，加入佛像、蓮花等古代中國元素，把兩種極端的古代文化融合起來。這是我設計的第一套 head piece 套裝，有耳環，鼻環等附件。」
2. 「這個水晶皇冠與金色皇冠是同一系列的，風格比較簡約，帶有大自然及有機感覺。」



「這個是未來方向的設計，運用 reflective effect 帶出未來感，耳朵部位用眼鏡托配件做成，亦在耳洞位置做出假擴耳的效果，是個非常創新的設計。」





3. 「這是一個設計較傳統的 head piece，利用紅色來營造中式論與感，是古代方向的設計，紋理特意製造空隙，感覺像烙印。」
4. 「這原本是兩個 head piece，組合後分成臉部分和頸的部分。意念有點像支撐義肢的感覺，也是走古代風格的設計，充分利用抽象的方式來表現黑色恐怖，同時亦融合了 gothic 的風格。」

「利用餐具堆砌而成的這個 head piece，是逆向思維的表達，設計走未來風格；研製時想給叉賦予新功能，發出利用餐具作頭飾的構思，想帶出以不同角度或方法去留意事物（way of seeing）的訊息。」









Graphic Print Top
$614



Geometric Print Dress
$1,244



Geometric Print Dress
$1,244

Desigual®

盛夏西班牙熱情

Desigual為知名西班牙流行便服品牌，今季延續"For Everybody. Sex, Fun and Love"的宗旨，以傳達熱愛生命的信息為主題。整個春夏系列主打單品用上充滿熱帶風情的背心裙、吊帶長裙，再配上薄身透氣的紗質材料。設計師為了營造奔放熱情之感，利用短語、藝術塗鴉、動物紋、花朵圖案、幾何圖案等這些夏日元素加入各種形形式式的拼布工藝圖案，配上鮮艷顏色上豐富視覺效果之餘，更展現出西班牙式獨特的熱情風格。



Floral Print Dress
$1,404



Grahpic Print Dress
$1,244



Long Dress with Embellishment
$1,559



Floral Print Skirt
$1,164



Patchwork Print Dress
$1,559



Stripe Blazer
$2,034



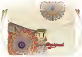
Zebra Print Tee
$774

Desigual於以下店舖發售：

Desigual	
旺角新世紀廣場2樓266號舖	2808 1892
bauhaus	
尖沙咀河內道18號K11購物藝術館B216號舖	2645 3198
尖沙咀加連威老道8號地下	2369 7890
九龍塘又一城 UG46 號舖	2265 8066
銅鑼灣駱克道496-498號地下至3樓	2838 6228



Floral Print Coins Bag
$694



Floral Print Leather Bag
$774

bauhaus (The Official Page)
bauhaus_hk
bauhaus_hk
bauhaus_tough_salad
bauhaus HK



FROM TANK TOP TO
TOTE BAG

夏日炎炎，有個簡約輕便的 eco-tote bag 傍身，上街也特別輕鬆自在。其實動動手動動腦，利用舊背心加工，也可輕鬆自製方便又環保的背心 tote bag。早前從網上得悉，一位本地博士研究生發明了能有效溶化膠袋的化學物，的確以現時科技，可以有很多種對付廢棄膠袋的方法，但人們要是繼續肆無忌憚的濫用膠袋，終有一日，科技還未進步到能完全解決廢棄膠袋問題時，我們就已經被膠袋埋沒了。所以最實際的方法還是減少用膠袋，DIY 屬於你自己的環保背心袋，實用又有趣。

TEXT · ELTON5WK PHOTO · TEDD DESIGN · CARMAN


衛訊WILSON
Canon
Delighting You Always
EOS 700D 數碼單鏡反光相機
淨機身 $4,980
EF-S 18-55mm f/3.5-5.6 IS STM $6,080
EF-S 18-135mm f/3.5-5.6 IS STM $7,880
足球小將
攻吖攻快搶攻
PowerShot N100 數碼輕便相機
$2,980
PowerShot G1 X Mark II 數碼輕便相機
$6,480
PowerShot SX510 HS 數碼輕便相機
$2,280
購買指定產品，
即送 足球小將限量精品
萬能轉換插頭
湯杯
雨傘
冰杯
毛巾
喇叭
Wilson Communications
8202 8699
www.wilsoncomm.com.hk

05 Fashion diy



MATERIALS & TOOLS

車衣機 / 針線
剪刀
汗背心
軟尺

STEP 1



看看有沒有不再著的舊背心，最好找些吊帶較長，剪裁較修身的汗背心，切勿找工字背心或其他有特別剪裁的背心，否則製成品在承托物品時的形狀會很怪異。

STEP 2



先把背心內外反轉，然後把背心裡面的骨位相互對摺。

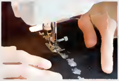
STEP 3





背心 tote bag 的標準長度為 60 至 70 厘米，在該長度留下記號。

STEP 4



用衣車或針線在留下記號的位置縫紉一條橫向的直線，如下圖。

STEP 5





完成後可以把背心袋反回外面，先試挽一下背心袋承托物品後的模樣，看看是否自己想要的形狀和長度。

STEP 6





然後把縫線以外的多餘部分剪去，跟著閘骨（即是把剪後的布邊縫紉整齊），你亦可以攪攪新意思，把背心袋裝飾一下或者拿去紮染。

FINISHED!



大功告成，你可以嘗試側揹或斜揹等。有了這個百利而無一害的環保背心 tote bag，可以節省外出時需多花五毫來購買的即棄膠袋。



CASIO
自拍神器
Various Beauty
新色系登場
NEW
Posing Shot - 語音提示連續自拍5張相片
影片製作功能 - 自選5張相片自製影片(連音樂)
• 21mm 超廣角鏡頭
• 3 吋 921,600 點翻轉式屏幕
• 智能手機 WIFI 遙控拍攝及傳相
• EXILIM Engine HS 3「雙 CPU」超高速影像處理器
• 外框快門
• 360° 旋轉外框設計
• 美顏模式（Make-up Mode）及美白模式（Brightening Mode）、提供 12 級選擇
EX-TR35
捷成集團成員 · 消費品 | 工業 | 飲料 | 奢侈品 · 中國大陸 | 香港 | 澳門 | 臺灣
JEBSEN
CONSUMER
捷成消費品有限公司
客戶服務中心 電話：2926 2300 傳真：2926 2307
www.jebsenconsumer.com pidcs@jebsen.com
CASIO EXILIM (HK)

TIPS BOX

除利用舊背心來 DIY 環保袋之外，一些令人很意想不到的舊衣物，其實也可以用來做 eco-tote bag。就好像下列數款創意無極限的環保袋，分別利用了牛仔褲，工人背心及內衣等作基本材料，再加工成背包或斜肩袋，款式比起在市面有售的更具個人風格，當然步驟亦隨之而增加和複雜，要是不怕麻煩又想挑戰難度的朋友，則可以看看以下款式作參考。



ECO-TOTE BAG 工人背心









ECO-TOTE BAG 牛仔褲

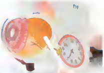


ECO-TOTE BAG 內衣

（資料由理大護眼提供）

紫外線傷眼惹禍 全面護眼有要求







要求1：先驗眼睛內外

紫外線無處不在，眼睛長年累月吸收，有機會由外傷到內！理大護眼眼科視光師陳永和指曾有35歲測量師，投訴視力模糊、怕光到中心求診，驗出早期白內障。UV傷眼可致翼狀贅肉、結膜黃斑、黃斑病變，平日做足UV防護及定期驗眼，非常重要。

要求2：再選遠近左右

想眼睛健康，老花須慎選漸進鏡。每隻眼睛的度數深淺、轉動角度不一、日常生活及工作對視力要求不同，有50歲資深大律師一直戴傳統漸進鏡，當同時看多個屏幕或文件，周邊視力出現像差。經放瞳檢查準確度數，現選配點對點磨研「高清」漸進鏡片，大大擴闊視野的清晰範圍，望遠近左右更得宜。

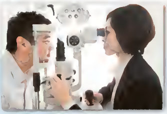


要求3：兼顧室內戶外

至於UV防護，近年不少應診者詢問變色鏡的新技術，對經常進出室內戶外的四眼一族，更方便、舒適。隨紫外線強弱，新一代變色鏡片顏色會自動調節至適度灰色，減少了偏色。即使背對陽光、戴帽或在高溫和高濕下，仍能迅速變深，阻擋刺眼眩光。

HOYA 全視線®視無限™ 變色鏡片知多啲！

- 有效阻隔紫外線（UVA及UVB）
- 新一代變色技術 *Chromea 7*™
- 高韌度樹脂物料，適合任何鏡框
- 對非直射光線反應更靈敏
- 較高溫度下變得更深
- 高效防花鍍膜，易潔耐用
- 多款單焦點及漸進升級裝備



HOYA 全視線®視無限™ <護眼有要求>有獎問答遊戲！
變色鏡片有效阻擋何種光線?

即日起至2014年6月30日，將正確答案連同姓名、電話、地址SMS或WhatsApp 至9863 4326，即有機會獲HOYA全視線®送出「HOYA 防霧眼鏡清潔布」乙片（價值港幣$100；名額：100份）。數量有限，先到先得，送完即止。

- 每人限登記一次。
- 獎品將以郵寄方式發出，不另通知。
- 所有個人資料將保密處理及只限用於本推廣活動。
- 優惠受有關條款及細則約束。
- 如有任何爭議、HOYA全視線®保留一切最終決定權。

全面眼科視光檢查

- 詳細問症
- 屈光度數檢查
- 眼睛內外健康檢查
- 視力測試
- 雙眼協調能力
- 拍攝眼底影像
- 色覺普查
- 眼內壓量度
- 診斷及建議

查詢及預約：
2866-9660（灣仔）
2377-9660（太古）
2750-9660（尖沙咀）
2780-9660（旺角）
2153-9660（沙田）

HOYA
全視線 Transitions 視無限 Signature
理大護眼 PolyVision

www.hoya.com.hk
www.transitions.com.hk
www.polyvision.com.hk



bio logical
法國有機天然護膚品牌
瑰麗精華 新生亮肌
bio logical
Polished Mint
exfoliating mint gel
Made in France
荷荷巴磨砂凝膠
成份蘊含荷荷巴微珠，薄荷水等天然植物萃取，含有細顆粒，性質溫和，能有效去除死皮和老化角質，激底清潔，帶走乾燥及暗啞皮屑，提亮膚色。
深層清潔面部
感覺清涼舒爽
人氣美容Blogger分享推介
Ah Bee
Anta Cheung
Bubeee
Dolphin
Happy
Helen Yiu
Judy Tse
Kan x Lee
Kennis Chu
Win Win
Bio Logical 採用百份百天然有機原料，精心研發的水潤配方能激活肌膚細胞自我再生，消退偏黃和暗啞膚色，還原年輕美肌，令肌膚由內至外綻放美麗光澤。
ECO CERT
ORGANIC COSMETIC
ORGANIC COSMETIQUE BIO COSMETIC
獲全球權威有機認證機構ECOCERT及COSMEBIO認證
網上訂購：www.fingershopping.com (全港300間Circle-K均可取貨及付款)
Bio Logical HK
香港總代理：洺鍀發展(香港)有限公司　電話：852-2372 9102　傳真：852-2372 9100　電郵：sales@mtheal.com

06

Beauty makeup

Aqua Beauty

柔情似水、水汪汪的雙眸，美麗女子總與水結緣。炎炎夏日，烈日當空，最好去享受日光浴或出海暢泳。可是大汗淋漓，汗水與海水交織，隨時把細緻妝容摧毀，尤其睫毛與眼線這兩個重災區，一沾水便猶如熊貓眼與花面貓。要避免尷尬情況發生，防水妝便不能缺。

TEXT · KIMMY PHOTO · MICHAEL MAKEUP & HAIR · MUI SO @ MAKE UP FOR EVER
MODEL · VIVIAN H. @ SOUL MODELS DESIGN · BLUE





Colour On Eyes

眼妝方面，切忌使用粉狀眼影，因較易被汗水及油脂溶掉，應選用 gel 狀或 cream 狀質地的眼影，黏附性較高，能緊貼肌膚，令眼妝更貼服持久。除了眼影、[illegible]線及睫毛液應選防水、防油、[illegible]等配方，才適合水上活動[illegible]

1. **Benefit they're Real! $240 / 1.4g（6 月 27 日推出）**
   首度推出啫喱狀眼線筆，易於緊貼睫毛[illegible]使用，配合防水防暈染配方及柔軟易畫的 AccuFlex 斜角[illegible]可以輕鬆打造大眼妝容[illegible]
2. **MAKE UP FOR EVER Aqua Smoky Extravagant $[illegible] / 7ml（6 月 28 日推出）**
   加入防水配方，不怕汗水抗暈染，全[illegible]效果
3. **Benefit BADgal lash $200 / 6g**
   持久、防暈染的防水睫毛液，加上[illegible]晴天，都讓睫毛展現最佳妝容。
4. **MAKE UP FOR EVER Aqua [illegible] Diamond Blue $240 / 1.7ml（6 月 28 日推出）**
   強效防水功能，對抗夏[illegible]色彩持久保存[illegible]
5. **Guerlain Waterproof [illegible] $tbc / 8.5ml**

化妝師 Mui So's Tips

「女士們最怕夏日潮濕[illegible]妝容溶掉，為了定妝[illegible]妝容太厚顯得不自然[illegible]一噴，即時有定妝效果，而且[illegible]部帶來負擔[illegible]

MAKE UP FOR EVER Mist & Fix $250（6 月 25 日推出）


oasis beauty
高效科技美療中心
O毛孔
pore
V型輪廓
shape
W無紋嫩肌
rinkleless
三大歐洲高端美療科技
讓你與肌膚「立約」
V.O.W. SKIN

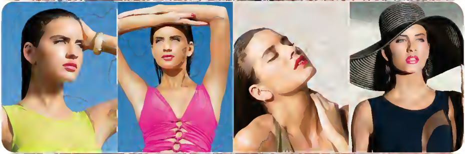
Summary Kisses

06
Beauty
makeup

有人愛花心思在眼妝，也有人刻意營造嬌艷欲滴的美唇。不論你穿上的是 eye-catching 的泳衣，還是沉實卻不失性感的泳裝，只要配上一抹鮮艷唇色，立即充滿活力，耀眼迷人。Ⓟ

6 **Clio Virgin Kiss Lipnicure #6 Rumor Coral** $tbc / 4 7g
7 **Revlon ColorStay Moisture Stain #040 Shanghai Sizzle**（7 月下旬推出）$tbc / 8ml
8 **M.A.C. Frost Lipstick #Viva Glam Rihanna** $145 / 3g
9 **MAKE UP FOR EVER Aqua Lip #24C Vintage Coral** $200 / 30ml






oasis beauty
「V.O.W. 美 肌 立
1次療程 3大歐洲科技
見證 V臉、零毛孔、無紋*
試做價$388 原價$3380
海港城 美療體驗日
禮 遇 免費體驗Lift Power亮白修護療程乙次
完成後更可獲贈JM補濕面膜一盒(6片)(價值HK$180)*
日 期 2014年6月27日(星期五)
地 點 尖沙咀海港城世界商業中心7樓708-709室
預約電話 2314 8688
追求高端美療效果 每年超越萬人見證
一般美容療程，只會以單一高端美容儀解決某項肌膚問題，成效往往未見全面。
OASIS BEAUTY 突破美療常規，由歐洲引入三大高端美容儀，
一次療程，同時為你締造零毛孔無紋V臉*，給你夢寐以求的美肌承諾！
一個療程體驗價 試做三大歐洲高端美容儀
三極 高效活膚療程
微晶鑽石嫩膚儀 10分鐘極速締造零毛孔幼滑肌膚
無針導入儀 以超音波配合電流將美容成份直送真皮層，即效緊緻去紋
預約熱線：
銅鑼灣 2836 5988
尖沙咀 2314 8688
旺角 2625 4688
沙田 2692 6388
Oasis Beauty 水磨坊
此品牌由奥思集團有限公司(股份代號1161)
旗下附屬公司水磨坊有限公司持有及經營
Oasis Beauty 水磨坊
www.oasisbeauty.com.hk

全球3,000萬支銷量鐵證

MISSHA B.B Cream專家

打造完美韓式裸妝

MISSHA一直帶領B.B Cream的裸妝潮流，成為第一個於香港推出B.B Cream的品牌至今，研創出十多款B.B Cream，全方位照顧不同肌膚需要，不斷將透薄自然的韓式裸妝推至極致，產品均屢獲殊榮，備受各界追捧，B.B Cream專家地位毋庸置疑。



*自2007至2014年4月全球銷量總計



「在舞台上的化妝講求突出及奪目，台下的我卻喜歡自然舒服的妝容。但日夜排練加上經常面對舞台上強力的spotlight，容易令肌膚疲倦和衰老，幸好我找到了MISSHA Signature撫紋嫩肌護膚B.B Cream！最喜歡它強勁的遮瑕度，肌膚好像敷上一層光滑的保護膜，所有細紋、毛孔都被包住了，瑕疵通通失蹤！而且妝效持久質感透薄，最大bonus是同時可以修護肌膚！台上只求演活角色，台下只想做回自己，現在我都做到了！」



Signature Wrinkle Filler 撫紋嫩肌護膚 B.B Cream SPF37 PA++

蘊含諾貝爾化學獎得獎成份富勒烯以及高效抗衰老成份抗皺縮胺酸，加上十多種天然草本精華，突破傳統抗衰老框架，長效遮瑕修飾，同時深層修護。

HK$298 / 44g

甄詠蓓 Olivia Yan | 甄詠蓓戲劇工作室及神戲劇場藝術總監
2014大型舞台劇《EQUUS馬》導演

各界專業 一致推崇

「我的護膚化妝心得和我主張的瘦身原則一樣必須簡便、有效並且健康，所以我每天都用MISSHA的完美亮白抗皺B.B Cream，只需1個Step，毛孔即時隱形，膚色均勻充滿亮澤感，而且感覺水潤輕盈，大家都以為我本身的肌膚會透光，一直追問我的秘密武器到底是什麼，其實就是用對了MISSHA B.B Cream這麼簡單！」



M Perfect Cover 完美亮白抗皺 B.B Cream SPF42 PA+++

MISSHA皇牌B.B Cream，蘊含天然植物成份如迷迭香、甘菊精華及植物性膠原蛋白，重整肌膚細胞，強效抗氧。加入玻尿酸及神經醯胺深層保濕，肌膚質素內外提昇。

HK$188 / 50ml



曾欣欣 Gloria Tsang | 加拿大註冊營養師
heathcastle.com創辦人及主編
2014熱賣瘦身讀物《Hea住瘦40步》作者

憑此券到MISSHA進行皮膚分析後，可獲贈Time Revolution創研極緻修護活肌水(魔幻水)(1.5ml)及適合您膚質的B.B Cream試用裝一份。

數量有限，送完即止。
有效期至2014年6月25日 MP190614



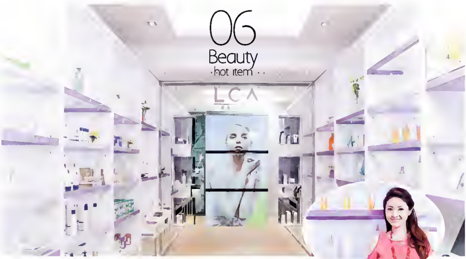
有賞

MISSHA慶祝全球賣出3,000萬支B.B Cream，6月舉行「3,000萬支B.B Cream即刮即賞慶典」。只要購物滿HK$150便可獲得刮刮卡一張，人人有賞，頭獎可獲HK$8,000韓國旅遊禮券，詳情請瀏覽

facebook.com/missha hk
www.missha.com.hk Hotline: 2481-3380

推廣生意的號碼牌照號碼：
43333 / 43334 / 43335

銅鑼灣霎東街S16號 | 金鐘廊Lab Concept | 鰂魚涌AEON康怡店 | 旺角新之城 | 旺角港鐵站21號店 | 奧海城2期 | 尖沙咀iSQUARE | 尖沙咀Facesss | 鑽石山荷里活廣場 | 新蒲崗Mikiki商場
觀塘apm | 將軍澳東港城 | 將軍澳千色Citistore | 屯門市廣場 | 元朗廣場 | 荃灣荃灣中心 | 荃灣千色Citistore | 沙田新城市廣場 | 馬鞍山新港中心 | 上水廣場 | 澳門南灣約翰四世大馬路號地下



Unique Beauty

不少人購買護膚品，都會被廣告催眠，較清醒的消費者懂得看口碑與成分，但最好還是親身嘗試，感受它的質地、香氣，才知道是否有效和適合自己。護膚品牌 SÈVE 在本土研發、生產及檢測，選用有機天然材料，有一定信心保證。創辦人 Suki 更把 SÈVE 從網店帶入鬧市銅鑼灣 LCA Beauty，讓大眾可親身一試 SÈVE 的顯著功效。

TEXT · KIMMY PHOTO · FRANKY DESIGN · LUBE


1



2


3

1 Sample Bar
2 左 **SÈVE lip treatment $380 / 5ml**
採用優質的荷荷巴啫喱，滋潤和修護唇部肌膚，另加入乳木果油則有鎖水效果。
右 **SÈVE natural sunblock - rose alba $580 / 30ml**
運用全天然物理防曬成分，能有效在皮膚表面形成一層防曬保護膜反射陽光，備有 SPF 30 及 PA+++ 的高效防曬功能，避開 UVA 與 UVB 的傷害。每瓶更蘊含珍貴稀有的白玫瑰精華，具紓緩和抗炎作用。
3 **SÈVE 皇牌產品白玫瑰花水 $430 / 110ml**
有助吸收各類護膚品的營養，並有極佳的抗老護膚和鎮靜情緒作用。

m：metropop **S**：Suki

m：開店意念何來？

S：SÈVE 為了保持低成本高品質，不想花太多成本在舖租與人手上，所以一直只於網上售賣。直至最近機緣巧合，朋友準備開店，想找優質的護膚品，我們一拍即合就決定合作開護膚品店，這是一個好機會讓更多人認識及試用 SÈVE 的產品。而且這間 beauty boutique 比較特別，我們放在這裡的產品是其他 beauty store 找不到的。雖然店舖面積不大，但我們也落力注入新意念，譬如在店舖一角設置 sample bar，讓客人試新產品。

m：作為天然護膚專家，來到夏天，有何天然護膚秘訣？

S：人人都重視面部護理，我反而著重 body care，平日會用玫瑰糖為身體磨砂，也很喜歡加牛奶與蜜糖浸浴，那種香甜味道會令你好 relax，一星期一次已可改善睡眠質素。另外，夏天常帶小朋友到戶外玩，少不免被蚊釘蟲咬，又或來不及補搽防曬導致曬傷，這時可立即用冰敷，之後塗點白玫瑰花水和荷荷巴油這類植物油，便能鎮靜紓緩肌膚。

LCA Beauty
地址：銅鑼灣希慎道 8 號裕景商業中心地舖 G01 號
查詢：2699 7997



mannings 萬寧 | mannings Plus 萬寧獨賣

香港 ・中環IFC ・中環皇后大道中 ・灣仔東新商業大廈 ・銅鑼灣總統戲院 ・銅鑼灣恒隆中心 ・銅鑼灣希慎廣場 ・北角南天大廈 ・鰂魚涌太古坊 ・太古城中心
九龍 ・尖沙咀金龍中心 ・尖沙咀圓方 ・佐敦新寶廣場 ・旺角胡社生行 ・德福廣場 ・觀塘apm
新界 ・將軍澳PopCorn ・荃錦中心 ・新都會廣場 ・新城市廣場一期 ・新港城中心 ・屯門市廣場 ・元朗光華中心 ・上水中心

BootsHongKong

Boots
feel good
www.boots.com/hk



SEXY SUMMER SKIN

炎炎夏日享受日光浴，很多人都會塗太陽油，但防曬產品如此貼身，最好選擇成分天然的，源自意大利天然護膚品牌 Nature' s 的古銅日曬及防曬系列，無人造化學合成的防曬成分，不含礦物油、動物脂肪及動物副產品等堵塞毛孔的成分，而且沒有 Paraben 防腐劑，不會影響健康，給肌膚最天然的呵護，免受紫外線的傷害。它的古銅日曬系列，蘊含植物麥拉寧成分，有效縮短日曬時間，輕易曬出性感的蜜色肌膚。P

TEXT · KIMMY PHOTO · MICHAEL DESIGN · ALICE

1. **Nature's** Tan Enhancing Spray SPF6 $290 / 150ml
2. **Nature's** Sun Cream SPF 6 $260 / 150ml
3. **Nature's** Super Tanning Gel $320 / 200ml

查詢：3101 9222



查詢熱線: 3106 8677
www.invisalign.com.hk
Invisalign Hong Kong

invisalign 隱適美

星級化妝師的 化妝秘技



Will愛美，…



星級化妝師 Will Or 經常為明星、名模及新娘子化妝，又教授專業化妝造型課程，培養新一代化妝師。他的巧手可以化腐朽為神奇，將人潛藏的美麗展現出來，如打磨後的寶石般呈現璀璨光芒。 *Text by SE*

Q：要為明星、名模或新娘子化妝，最重要是那一個步驟?

Will：我覺得護膚步驟最重要，因皮膚的質素直接影響化妝效果，但這因素是化妝師未能直接掌控的事，所以在化妝前我一般會花最少20分鐘的時間去為顧客護理皮膚。在塗上護膚品時，更會同時為眼、面、腮等部位用緊緻提升的手法按摩，幫助皮膚吸收護膚品，並有助去水腫及提升輪廓，令妝容效果更理想。

Q：在過去為顧客化妝時遇過最棘手的問題是什麼?

Will：最棘手的問題一定是對方狀態很差，皮膚未ready去化妝。我遇過不同的新娘子在婚禮當日皮膚敏感紅腫、脫皮、眼臉浮腫、甚至有濕疹，當時要即時為皮膚急救，例如要用具紓緩鎮靜功效的精華打底，敷急救保濕面膜配合淋巴按摩，用毛巾包冰粒按眼面以去浮腫等，否則根本不可能上粉底。同時，我要花心思在打陰影方面以修飾小瑕疵及令輪廓更突出。



▲ Will 很喜愛為顧客用PHYRIS的眼部保濕啫喱作眼部化妝底霜，它可即時深層保濕並收緊浮腫眼袋，令雙眼輪廓更突出，眼妝效果更明顯而持久

▼ Will 為顧客化妝時也會教她們平日怎樣因應自己面形輪廓化妝



Q：人說眼睛是靈魂之窗，對妝容來說眼妝也是靈魂所在嗎?怎樣才可突出眼妝?

Will：不論清淡日妝或是晚宴盛妝，雙眼也是化妝的焦點。上妝前我必需用不油膩又能長效保濕的眼部啫喱作眼部化妝底霜，否則會令眼紋顯現，妝容不貼服，甚至遮瑕眼影推不勻的情況。我個人很喜愛為顧客用PHYRIS GOLDEN GEL作眼部化妝底霜，它可即時深層保濕並收緊浮腫眼袋，令雙眼輪廓突出，24K真金極緻粒子令眼妝效果更明顯持久，這點對新娘化妝尤其重要。上底妝後，眼線及睫毛液具「亮睛」功能，可即時放大雙眼，是眼妝的重點。廣告拍攝或新娘妝也較濃，眼線通常較粗，但如日常上班，因應眼形畫內眼線已即時顯得精神，但如眼皮比較腫或雙眼皮不明顯，就可貼著眼皮睫毛位畫較粗的眼線，而睫毛液方面可選擇具拉長睫毛效果的纖維睫毛液，既突出又效果自然。

▼（左）以無名指於眉頭穴位開始，再按圖中數字的位置順序按壓，最後按至太陽穴位

（右）接著回到眉頭穴位，從眼底下方依圖中數字的位置順序按壓至太陽穴位。每個位按3－5秒，重複動作10次並左右眼輪流按摩





…化妝前必需按摩。

Q．還有什麼護膚化妝秘訣是我們必需要知的?

Will：除日常護理外，我每日都會敷mask，最忙時也要隔日敷。我個人較喜愛gel狀mask，且會每天輪流敷保濕、緊緻提升等不同功效的mask，保持皮膚水分及彈性，那麼即使皮膚偶然「跌watt」，也比較容易回復狀態。

PHYRIS 查詢電話：2774 8333

PHYRIS產品於下列Meka美康有售：(香港區)灣仔庸144號 銅鑼灣廣場一期、銅鑼灣皇室堡、北角麗廣廣場、北角港運城 太古城中心永安百貨・杏花新城 鰂魚涌新寶廣場 小西灣藍廣廣場 環港仔利港商場 鴨脷洲海怡廣場西翼 西環西廣城 上環永安百貨 (九龍區) 旺角彌敦道748號 奧海城二期 廣地永安百貨、尖沙咀永安百貨、深水埗南昌街66號、美孚新邨百老匯街79號 紅磡蕪湖街63號A舖、土瓜灣馬頭角道28號b號舖 黃大仙中心 慈雲山中心、鑽石山荷里活廣場 淘大商場一期 官田欣田商場 (新界區) 荃灣綠楊坊 荃灣荃新天地 荃灣悅來坊商場 葵涌石蔭商場二期 葵芳新都會廣場 青衣長發廣場、沙田廣場 沙田第一城中心 馬鞍山新港城中心 大埔新達廣場 粉嶺中心廣場・上水廣場 元朗阜財街12號6號舖 天水圍天澤商場、屯門卓爾廣場、屯門市廣場 AEON UG1-2號、將軍澳廣會商場、將軍澳中心、將軍澳尚德廣場 將軍澳坑口廣理街、將軍澳新都城中心三期

TEXT · IVY Q & TIFFANY
PHOTO · TEDD
DESIGN · ALICE
SPECIAL THANKS · FRANCFRANC FOR THE HOME ACCESSORIES

06
Beauty
summer kick

SUNSHINE IS A FRIEND

1 **Za** True White Power Block UV SPF40 PA+++ $95 / 50g
蘊合礦物成分的高效抗曬產品，為面部及身體阻隔紫外線及提升肌膚抵抗力，配合防水防油配方，適合戶外或水上活動使用。

2 **Sofina Beauté** Whitening UV Cut Emulsion SPF 30 PA++++ $320 / 32g
保護肌膚不受日間外在環境侵害，同時蘊含高濃度抗老化滋潤成分，防止肌膚出現皺紋或鬆弛等老化現象。

3 **SÈVE** Natural Sunblock - Rose Alba SPF30 PA+++ $580 / 30ml
讓肌膚免受日曬所傷，並預防因過度曝曬而引致的乾紋及光衰老徵狀，當中的珍貴白玫瑰精華，能修復肌膚及紓緩情緒。

4 **Shu Uamura** UV Armor Sun Protector Face Cream SPF50 PA+++ $360 / 40ml
適用於任何場合，能為肌膚隔離紫外線、阻擋環境污染、抵抗環境壓力，預防色素沉澱、色斑及光老化問題。



06

Beauty

ENJOY YOUR SUMMER

盛夏 到 總是 臨 敵 對陽 避 舍 悶熱潮濕天氣 情顯得更 悶不樂 事實 現今科 早能為肌膚築起強效的 V隔離 線 給予肌膚最 靠 護 而為避免加重肌膚負擔 防曬產品的質感亦愈趨輕盈 並糅 美 護膚配方 讓肌膚綻放陽光更耀眼 淨 增



投奔清爽夏日

讓女生放開懷抱，盡情投入夏日之中，Za 特別推出 True White Day Protector SPF26 · PA++ 及 True White Power Block UV SPF40 · PA+++，以輕薄乳霜質感，為肌膚阻隔 UV 侵害，不但能多角度阻隔紫外線及污染物，而且輕易與肌膚融合，就恍如一道透明無重的全方位防禦罩，帶來清爽、舒適的防曬保護。



EXTRA CARE FOR SUMMER



True White Ex Essence Lotion $125 / 150ml

同系列的「新煥真皙美白精華化妝露」，備有化妝水、美白精華及乳液功效，三效合一，為曬後肌膚即時補充水分，加強抑制黑色素，達到水漾明亮的美肌效果。

1 True White Day Protector SPF26 · PA++ $89 / 35g

質感如羽毛般透薄輕盈，蘊含美白維他命 C 維他命 E 及珍珠光亮粒子 能隔絕紫外線，預防肌膚變黑及提早老化等問題 同時消除暗啞膚色及抑制黑色素形成。

2 True White Power Block UV SPF40 · PA+++ $95 / 50g

採用革命性礦物防曬科技抵禦頑強紫外線 並提升肌膚的抵抗力，同時加入防水 防油配方，可用於面部及全身 亦適合戶外或水上活動。

FROM INDOOR TO OUTDOOR

每次進行戶外活動，我們也會特別著重防曬產品的 SPF 值。一般情況，防曬指數介乎 SPF15 至 30 之間便已足夠，但若需長時間逗留在太陽底下，如踏單車、出海或遠足等，防曬產品的 SPF 值建議選用 30 以上。UVA 評級方面，除了日本的「PA+」標示外，我們偶爾也會看到用星號作指引的防曬產品，這是美式標準，以五星為最高防禦。

1 **Boots** Soltan Kids Hypoallergenic Suncare Lotion SPF 50+ UVA★★★★★
高度防曬，而且高度防水及低敏性，非常適合 18 個月以上兒童的脆弱肌膚。

2 **Boots** Soltan Aftersun Soothing Gel With Aloe Vera
採用溫和冰涼配方，滲透力強，糅合蘆薈成分，加倍紓緩曬後肌膚。

3 **Boots** Soltan Invisible Dry-Touch Transparent Suncare Spray SPF50 UVA★★★★★
百分百透明，能被肌膚瞬間吸收，不留白色痕跡，恍如一道隱形的防曬保護。




修復彈性
持續退紋
猶如 24 小時皮膚科醫生照顧
肌膚展現年輕緊緻
RILASTIL CONCENTRATE IN DROPS
《伊麗婷》活膚緊緻精華素
收緊輪廓・抗皺紋・平平細紋
滋潤保濕・抗衰老
RILASTIL
LABORATORI MILANO
由藥廠研發及生產
安全・低致敏配方
經醫皮膚醫學驗證
RILASTIL
HYDROTENSEUR
CONCENTRATE IN DROPS
Rilastil 由成立於1935年的藥妝品先驅 Istituto Ganassini S.p.A. 創立，品牌根據皮膚科學及藥理學，研製各種針對性的皮膚「標靶護理」，品質及功效更有保證。Istituto Ganassini S.p.A. 處於意大利藥妝護膚領先地位，而 Rilastil 亦為歐洲皮膚專科醫生及藥劑師信心之選。
www.facebook.com/Rilastil.HongKong
藥廠研製 藥理護膚先驅
肌膚「標靶護理」 重成效、低致敏
Mekim 美傑有限公司
2774 8333

06

GO DEEP INTO SKIN

[illegible]曬[illegible]美[illegible]早[illegible]融[illegible]種護膚概[illegible]兩者[illegible]僅[illegible]種相輔[illegible]關係，也是缺[illegible]夏[illegible]美肌曬[illegible]曬[illegible]喻為[illegible]最[illegible]發揮最大的保護作[illegible]膚美[illegible]便[illegible]藏身堡壘[illegible]軍隊[illegible]無[illegible]撐與補[illegible]美[illegible]產[illegible]、[illegible]滲[illegible]為美[illegible]須深[illegible]肌膚底層[illegible]胞源頭[illegible]擊[illegible]黑[illegible]素[illegible]堵截[illegible]惡性循環[illegible]讓肌膚由內[illegible]外展現最光[illegible]動[illegible]的美緣



1. **Skin.Biotics** CelluminX Ultra-Brightening Face Serum
$430 / 30ml
升級配方更能提升肌膚的亮澤感，有效截擊肌底黑色素，預防、抑制及擊退色斑，亦可填補肌膚幼紋，讓肌膚變得光滑細緻。

2. **Hakubi** White C Gel
$210 / 20g
由日本高端科技研發而成，能預防黑色素形成及擊退色斑，改善膚色不均，令肌膚重拾自然亮白，並能改善粗大毛孔及暗瘡疤痕。

3. **Sulwhasoo** Snowise EX Whitening Serum
$1,500 / 50ml
從根源淡化黑色素，防止黑色素擴散及積聚，有效減少色斑，並可刺激膠原再生，讓肌膚重塑光澤與彈性，煥發透明淨白膚色。

4. **Senka** White Lotion
$108 / 200ml
以獨家技術將美白精華轉化為化妝水，融入高穩定性維他命C誘導體，集中美白，並可預防及擊退斑點，抑制因紫外線引致的黑色素。

TEXT · Q PHOTO · WAI DESIGN · ALICE @POP (廣告)

Radiance of Summer

陽光燦爛的背後，黑色素正在肌底蠢蠢欲動，若不留神，這股黑勢力便會變本加厲，
以我們措手不及的速度一一浮現。
因此，夏日美肌攻略必須「先下手為強」，
利用美白精華作深層修護，並於肌底抑制黑色素，防止它向表層進一步擴展；
同時也做足防衛措施，以防曬產品全面擊退 UV 侵害，這樣才能為肌膚帶來雙重保護，
由內至外散發健康淨白的動人神采。

Upgrade Your Whitening Routine

美白是女生每天的指定護膚程序，但是否做得足夠又徹底？由瑞士研製的 skin.BIOTICS 今季推出升級版 CelluminX 細胞激亮淨白系列，除了經皮膚專科醫生測試，還為肌膚全面提升 6 倍^ 亮澤感，精華素能於肌底截擊黑色素，並可改善肌膚細紋，令膚質變得白滑細緻，通透自然。配合同系列的防曬乳液、晚霜及睡眠面膜使用，更可讓[illegible]白護修力量，體驗亮白素淨的美肌新方案。



1. **CelluminX Ultra-Brightening Facial Sleep Mask**
整夜密集修復肌膚色素問題，創新成分 Spot-Defense Complex 及 CellWhite Intense Complex 能截擊肌底黑色素及收細色斑，並糅合有效鎖水及刺激膠原增生的獨特成分，煥發肌膚亮白自然美。

2. **CelluminX Ultra-Brightening Face Serum**
蘊含 CellWhite Intense Complex，能於肌底抑制黑色素，顯著收細色斑。升級配方更提供 6 倍^ 亮澤感，糅合「神奇長壽菌」成分、Smooth Pro-Refiner 及 Spot-Defense Complex，帶來光滑觸感。

3. **CelluminX Ultra-Brightening Emulsion SPF30 / PA++**
[illegible]級配方帶來 6 倍^ 亮澤感，並阻隔 UVA 及 UVB [illegible]傷害，3 大成分 Spot-Defense Complex、[illegible] Enhancer+ 及 Skin-Renu Peptide，分別[illegible]制黑色素、提升光滑感及刺激細胞自我更新能力。

4. **CelluminX Ultra-Brightening Night Cream**
蘊含 CellWhite Intense Complex，為肌膚於晚間進行終極美白修護，升級配方提供 6 倍^ 亮澤感，有效預防、控制及擊退色斑，並可鎖住肌膚水分及刺激膠原增生。

查詢：2739 6301

mannings 萬寧 | mannings Plus

^KOMBUCHKA™ 用量，與 skin.BIOTICS 細胞高效亮白精華素相比

指定萬寧專櫃有售 • 香港國際機場 • 置方 • 中港城 • 中港城（禁區）• 海大商場 • 紅磡火車站 • 富禮商業中心 • 旺角金麗廣場 • 寶靈街 • 山東街 • 窩街 • 貿易處 • 奶路臣街 • 龍厘 • 李鄭屋 • 新港城 • 將軍澳廣場 • 將軍澳新都城 2 期 • 金鷹中心 • 荃灣大河道 • 大圍金禧花園 • 沙田廣場 • 新城市廣場 • 上水廣場 • 上水新都 • 元朗廣場 • 元朗嘉城 • 元朗阜財街 • 天水圍天耀 • 天水圍頌富 • 澳門鏡河 • 澳門議事亭 • 澳門皮樟堂 • 澳門地場街 • 新廣門廣場

HYDRATION IS EVERYTHING



1 **Caudalie** Vinoperfect Radiance Serum
$620 / 30ml
蘊含 Vinifenne 葡萄藤萃取物，有效減退色斑的密度、大小及數量，提升肌膚光澤度及透明度，打造亮白美肌。

2 **Kiehl's** Ultra Facial Oil-Free Gel Cream Fresh Hydration
$295 / 50ml
質感清爽輕盈，蘊含強效保濕的白茅精華、南極葡萄糖蛋白及甘油成分，使肌膚達致水油平衡，從而擊退油光，收細毛孔。

3 **SkinCeuticals** Phloretin CF
$1,650 / 30ml
兼具防止 DNA 受損、抑制色素沉澱、保護肌膚各層細胞、加速肌膚天然修復機制、活化膠原蛋白製造等多種美白抗老之功效。

4 **Laneige** Water Sleeping Pack_EX $195 / 80ml
專利甜睡配方幫助身心全面放鬆，並促進肌膚新陳代謝、提升肌膚吸收能力，天然保濕因子則可紓緩受壓肌膚，倍大保濕效果。



Holika Holika
韓式唇妝
一吻♥動優惠
盡情享受化妝師
熱推 至潮唇妝
Heart Ful
Lipstick
NEW
$138
$176
$498
$562
NEW
1 韓式唇妝優惠
Heartful Lipstick 1支 + Honey Gloss 1支
2 無瑕立體輪廓韓唇套裝
一田百貨 (大埔店 2664 0898 • 沙田店 2295 0978 • 荃灣店 2318 0368)
旺角兆萬中心地下2271 0078 • 中環域多利皇后街 2776 9198 • 銅鑼灣希慎廣場 2641 0998
憑券可免費獲贈韓式化妝指導及服務一次
(必須預約)
Terms & Conditions
• 換領期限為 6月20日-7月21日
• 每天限量送，不作預留；先到先得，送完即止
• 每位客人只可獲取今次推廣贈品一次，不可轉讓享用
• 此券不可兌換現金，如有爭議Holika Holika 均有最終決定權
Holika HK
讀者優惠
4週年誌慶
ENPRANI
抗皺專家ENPRANI
唯一榮獲韓國總統頒發「新技術開發總統獎」護膚品牌
多國註冊專利臨床驗證
16天深層抗皺療程 展現最強實力
ENPRANI
WHITECELL
Special Gift Set
1 購買任何Retino抗皺系列
送緊緻面部按摩一次
2 購物滿$980 即可免費獲贈
Whitecell細胞淨白修護套裝 (價值 $359)
憑券可免費獲贈Retino X8 深層抗皺緊緻精華2包
Terms & Conditions
• 換領期限為 6月20日-7月21日
• 每天限量送，不作預留；先到先得，送完即止
• 每位客人只可獲取今次推廣贈品一次，不可轉讓享用
• 此券不可兌換現金，如有爭議
Enprani 均有最終決定權
永安中心 (上環店 2851 1798 • 佐敦店 2770 3198)
荃灣千色店 2494 8168 • 沙田一田百貨 2259 9078 • 中環域多利皇后街 2682 3867
ENPRANI HK

Venue: Think Cafe Model: Aigie Ng

視聽先決

ASUS MeMO Pad 7 (ME176C)



獨家 ZenUI + SonicMaster。無得輸



僅重 290 克嘅 MeMO Pad 7 拎上手一啲都唔覺有份量，但內涵就一啲都唔簡單。單講聲效，雙聲道喇叭搭配 Asus 獨家 SonicMaster 聲籟技術，音樂表現豐富，高音細膩、低音亦夠晒震撼；而且內置獨家操作介面「ZenUI」，及高解析 1,280 x 800pixels 7 吋 IPS HD 寬螢幕，睇咩戲，聽咩歌，甚或打機，上網都有一流體驗。而且搭配支援 Miracast™ 無線傳輸技術，及 aptX CSR 藍芽技術，前者讓用家輕鬆將影片檔傳輸至外接顯示器，後者則可以無線傳輸高質音樂檔。一 Pad 在手，直頭猶如置身迷你私人娛樂中心！





視聽裝備強勁，鏡頭亦唔弱，5 百萬畫素後鏡頭相機及 2 百萬畫素前鏡頭，影人影景足夠有餘，而且內置「時光回溯」，「多人自拍」等攝影模式，等用家更大限度發揮創意，selfie upload 上 facebook、Instagram「呃 like」話咁易。內建 64 位元 Intel® Atom™ Z3745 四核心處理器 (最高至 1.86GHz)，加上 1GB RAM 或 16GB ROM 儲存空間，保證運作流暢，處理工作或文書資料更得心應手。娛樂、工作完美切換！

資料由客戶提供

香港人有部平板電腦跟身已經唔係咩新鮮事，煲劇、睇漫畫、睇相、上instagrm、facebook、打機，甚至處理工作文件、email 等，雖然話手提電話都做到，但咁費神費眼力嘅事，手機芒仔大極唔夠平板睇得舒服。所以手感好、芒大細適中、夠輕夠薄往往都係近年幾個大牌出平板電腦時兵家必爭之地。Asus 最近就發佈咗幾款新平板電腦，其中 MeMO Pad 7 及 8 唔止將前 MeMO Pad 家族成員規格升級，更將重量進一步減輕，就算女仔用家拎住成日都唔覺重。加上分別有 5 隻顏色選擇，女生最冧豬。今回 FACE 搞嚟靚女 model Algie 率先試用 MeMO Pad 7！



新品登陸。今潮多色

除咗最經典黑白色，MeMO 7 仲有另外 3 色，一共 5 色畀買家揀。咁 colorful，夏天拎住人都開心啲！



建議零售價　HK$1,498 (16GB)

特色規格：

- Android 4.4 KitKat 作業系統、ZeuUI 操作介面
- Intel® Atom™ Z3745 1.3GHz 四核心處理器
- 雙聲道喇叭搭 Asus 獨家 SonicMaster 聲頻技術
- 7 吋 IPS 觸控螢幕，1,280×800pixels 螢幕解析度
- 支援 Wi-Fi 無線網路
- 內建 1GB RAM / 16GB ROM 儲存空間

ASUS 查詢熱線：3582 4738　網址：hk.asus.com

溫碧霞
47 歲的反叛

TEXT · JILLSANDY PHOTO · FRANKY DESIGN · BILLY
HAIR · KEN NG @ AL CHEMY AL-KE-MEE
MAKEUP · KATHERINE TSANG
VENUE · 安達 CEO

不是新片《微交少女》中加插舊電影《靚妹仔》的片段，大家都快忘了初出道時溫碧霞（Irene）的形象：短髮、爆炸頭、說話無尾音，典型八十年代反叛少女。即使後來形象變得成熟性感：長髮、香肩、心形嘴、高跟鞋、迷人鎖骨；但反叛，仍然是她身上最強烈的氣息，專演妲己、潘金蓮等野性女子。現年 47 歲的 Irene，4 年前開始重投影壇，口中的原因離不開「熱愛電影」、「不想當少奶奶，想有自己的事業」，但多多少少，是不安於室的反叛基因作祟。



> 14 歲那年，
> 媽媽因為我不聽話而掌摑我，
> 就是那一巴掌，
> 我離家出走。

少女逃兵

小時候的反叛，多與家人有關，尤其是 15 至 17 歲這種反叛期。年輕時，戲裡戲外的溫碧霞都是典型的反叛少女。Irene 的爸爸是退役國民黨軍人，軍訓式的管教對 Irene 完全是反效果：「家教真的很嚴，連男仔打電話來都不給我接聽。父母愈制止，我就愈反抗。直至 14 歲那年，媽媽因為我不聽話而掌摑我，就是那一巴掌，我離家出走。」

到朋友家住、逃學、落 disco，剛好遇上星探，而她正正是《靚妹仔》中所描寫的反叛少女：「現實和電影之間最大的分別，就是現實的我沒有學壞，你可以說我不聽父母話，但其實我只是想做自己喜歡的事。」Irene 坦言，反叛，其實就是缺乏愛：「小時候家境不好，父母忙著賺錢沒時間關心自己。我自尊心又強，所以那關鍵的一巴掌，便激起我的反叛。」


IN SEARCH OF INCREDIBLE
intel inside
ASUS MeMO Pad 7
16GB版本
建議零售價$1,498
ASUS MeMO Pad 7
with Intel Inside®
It's Larger-than-Life!
四核心直覺介面　輕鬆玩樂無界限
ME176C
CPU CPU CPU CPU
高效能處理器
Intel® Atom™ Z3745 處理器
Lightning Fast Performance
ASUS ZenUI
最新設計介面
獨家 ASUSZenUI™ 介面
直覺操控，輕鬆使用
170° HD
高質素屏幕
IPS HD 高解析屏幕
170° 廣視角度
ASUS Hong Kong
即上 Facebook 讚好
「ASUS Hong Kong」專頁
ASUS (香港)查詢電話：3582 4738　ASUS (香港)官方網站：hk.asus.com
Fortress 2555 5788　Suning 2783 2399　Wilson 8202 8699
Cosmic 2720 1177 (深水埗)，DCone 2904 7228 (深水埗)
Super Dragon 2359 3019 (旺角/灣仔/深水埗)，Wise 2398 2626 (旺角/灣仔/深水埗)
*排名以英文字母順序
Intel, Intel Logo, Intel Atom, Intel Atom Inside, Intel Inside, Intel Inside Logo, are trademarks of Intel Corporation in the U.S. and/or other countries.



爆炸頭的眼淚

Irene 指於新片《微交少女》中重溫《靚妹仔》的舊片段，感覺甚為有趣：「**當時才15歲，還未完全發育，不過已經好寸，感覺好得意。**」印象最深還是當年被迫剪掉長髮，她說：「《靚妹仔》中我的髮型又短又爆炸又肉酸，我記得自己哭了很久。不過現在回想，若不是那個髮型，角色可能不夠突出。」話雖這樣說，《靚妹仔》後 Irene 再沒留短髮，她對長髮還是有點執著。



《微交少女》

我好鍾意《出埃及記》，
那段戲講述張家輝的死對我打擊好大，
我喝了好多酒，
之後跟任達華那幕床上戲我很滿意，
因為富真實感。



《出埃及記》



《微交少女》





《俏皮女學生》

大膽的意圖

15 歲入娛樂圈，拍電影，父母反對，但 Irene 堅持，媽媽替 Irene 簽約時，還邊簽邊流淚。事隔 30 多年，母親去年辭世，回想當初，Irene 卻沒有後悔：「無所謂後悔，一切只是過程，過了反叛時期，很自然繼續學業，也跟父母和好。」今天育有一名四歲養子的 Irene 說，已學懂如何面對兒子將來的反叛：「無論哪個年代都一樣，面對反叛期的小朋友，絕不能迫他做不喜歡的事。」然而早已過了反叛期的 Irene，其實任性依然，尤其婚後仍不時作大膽性感演出，經常成為採訪焦點，她說：「一路以來我都擅於演繹個性突出的角色，諸如妲己、潘金蓮等，身為演員，一定要放開少少先做得好。」

對於大膽演出，Irene 從不在乎別人的目光，事實上，她心中似乎另有所圖：「我好鍾意《出埃及記》，那段戲講述張家輝的死對我打擊好大，我喝了好多酒，之後跟任達華那幕床上戲我很滿意，因為富真實感。而這些傾向 art film 的電影，較易入到影展。」刻意提到影展，通常是渴望拿獎的人。Irene 也毫不掩飾：「是渴望！拍第二部電影《俏皮女學生》便提名香港電影金像獎『最有前途新人獎』，卻一直沒有拿到獎項。」至 2011 年 Irene 憑《英雄喋血》獲第 3 屆澳門國際電影節「最佳女配角」，是她人生首個演員獎。「其實每個演員都想攞獎，只在乎有沒有說出口。」雖然 Irene 很獲獎，但仍不忘補一句：「不會為了攞獎而拍戲，只會好好享受過程。」

LIMITED EDITION

B&O PLAY and Pepsi introduce four limited edition headphones featuring art by four of the world's hottest street artists. The iconic shape and amazing sound you know meets the fusion of art and sport.

BEOPLAY.COM/LIVEFORNOW

LIVE FOR NOW
LIMITED EDITION

B&O PLAY × pepsi





Form 2i Art by Merijn Hos
HK$1,388

Form 2i Art by Hattie Stewart
HK$1,388

Form 2i Art by Zosen
HK$1,388



H6 Art by Ricardo Akn
HK$3,500

香港銷售點:
(排名不分先後)

百老滙 BROADWAY 港島區: 時代廣場 2506 1330 恒隆中心 3427 9819 九龍區: 旺角銀行中心 2771 7500 旺角城市中心 2381 6760 亞皆老街79號 2381 9818 海洋中心 2736 7733 iSQUARE 2721 2829 九龍站圓方 2196 8144 九龍灣又一城 2265 8778 新界區: 屯門市廣場 2146 8757

Lane Crawford 港島區: 國際金融中心 時代廣場 太古廣場 九龍區: 尖沙咀廣東道3號 2118 2288

港島區: 中環店 2155 0561 銅鑼灣店 3595 0108 灣仔店 2838 1508 九龍區: 金鐘廣場 3586 9976 星際城市 2866 8805 舖發大廈 2385 3818

太古廣場 2845 3670 Universal Audio & Video Centre 太古廣場 2801 6422 置地廣場 2801 6499 letsgo 灣仔電腦城 2891 9971

信和中心 2332 0922 友誠商業中心 2787 7992 K11 DesignStore K11購物藝術館 3110 5898

Lava Tech Hong Kong

LAVA TECH.
港澳代理:
Hong Kong Lava Holdings Company Ltd. 地址: 九龍灣宏照道39號企業廣場3期30樓3006室 電話: (852) 2768 7009 www.lavatech.com.hk

性感是一種氣質，
大家覺得我性感，其實又不錯，
反正天生就是這樣，沒辦法。



《火玫瑰》

性感任我行

反叛，不僅是衝著墨守成規而來，有時是展現與別不同的地方，特立獨行。下嫁富商，當上闊太，在闊太界別來說，溫碧霞的性感形象自是另一種反叛。貌似開放的保守社會，一般認為已婚女子的打扮，應以嫻熟為主，謝絕性感。然而 Irene 卻說：「性感是一種氣質，大家覺得我性感，其實又不錯，反正天生就是這樣，沒辦法。」以前行性感可能還有市場，不過現今一街都是「女神」，轉角就能碰到“BB”，Irene 的「海潮」形象十年如一日，如何為自己定位？「其實我年紀已不小，可能我還有很多童真，仍然給人一種嚫妹的感覺。不過不會跟其他人比較，做自己便可以。」

47 歲的嚫妹？翻查資料，當年薛家燕復出拍電視劇《真情》時才 45 歲，如今的 Irene 比當年的家燕媽媽還年長 2 年。但 Irene 毫不在乎年齡：「不應被年紀限死自己，不要因為到了某個年紀就要做別人認為應做的事。無論任何年紀，也應該做自己想做的事。」47 年來的任性與反叛，如人飲水，得與失之間，只有 Irene 最清楚。

自創「海潮」Style

提起溫碧霞，必定令人想起她在電視劇《火玫瑰》的演出，她飾演的角色「海潮」，每件衣服皆鉄膊，成為 Irene 獨有的特色。她說：「當時全部自己衫，自己做 mix and match，只是當時未有人這樣穿，我較早帶領潮流。」不過提到結局中她 set 行頭走佬一幕，她忽爾大發嬌嗔說：「那場戲我只化了淡妝，頭也是剛洗好自然乾的狀態，或者只能說我天生麗質啦！」



FORTIS 1912
SWISS WATCHES

PC-7 Team
Day/Date

The PC-7 Team Day/Date set ie 42 mm
diameter steel case, Swiss autamatic mavemeet,
scratch-praaf sapphire crystal, aeti-reflective caatieg
oed water resistoet up to 200 meters.

Available at :

Auto Shop
Tic Tac Time
King's Watch Co., LTD.
Wah Sang Watch Co.
Cheong Tat Watch Co.

For enquiry : Nif (852) 3695 0718





Colour Blind As All We Are

命運調色盤

小時候曾經想像，上帝在天上打骰，決定一個人的生命如何，所以有人命好，有人有缺憾。最近有個展覽叫"Colour Blind As All We Are"，開宗名義講色盲，策展人阿聲原來都是一位色盲人士，希望透過藝術方式，摒棄大眾對色盲的標籤及謬誤。打骰者或許決定了你的先天命運，但在色盲世界，他們還是調出不一樣的色彩。

TEXT・LING PHOTO・MICHAEL DESIGN・W



"SKIA"

這是簡單的顏色配對遊戲，玩家反轉一對配對的顏色卡及顏色名卡就可以得分，全副有 35 對不同深淺的藍色卡組。玩家亦可以用紫外線電筒照射卡牌，顯示隱藏的顏色名或 RGB/CMYK 數值。阿聲說，要形容「藍色」，其實並不止藍色這個詞語，還有很多種類，亦可以透過數值量化。他選擇藍色的原因，與 facebook logo 是藍色一樣，因為創辦人是色盲的，而藍色是色盲者通常比較能看見的色彩。

李炫聲
策展者、LAB manager



以藝術發聲

阿聲說色盲人士猶如「隱形人」，別人看不見他們缺憾，他們又難以宣之於口，社會不關注。所以，作為一個色盲設計師，他決定辦展覽解構色盲概念：「香港有 35 萬色盲人，其實都在我們身邊，色盲並非與大眾無關。這個展覽就是想說，其實每個人都有不同程度的色盲。」阿聲是唯一色盲參展者，其餘藝術家都沒色盲，這樣會令展覽的效果更有火花和深度。



Raymond 梁偉文



"Colourblind not colour blind"

大眾對於色盲的認知仍然保留在「色盲的人只看到黑白色」，然而這是個極大的錯誤。梁偉文在這個會動的 infographic 中展示了大家知道或不知道有關色盲的資料。



TINGHOUSE 婷屋
beauty clinic
한국어 전문
韓式
Nude持久化妝術
讓人看不出來的自然效果
Nude 體驗熱線 2576 7227
韓國升級顏料，
效果更具層次立體感。
Open Day Workshop
日期：2014年6月21日(Sat)
時間：10:00-12:00 / 12:00-14:00 / 14:00-16:00 / 16:00-18:00
內容：首10位報名做示範者可以半價享用療程
免費個人眉型・眼線・唇型指導
觀看整個療程過程，對療程進一步了解
解答相關問題
享即場額外優惠，加送限量版化妝袋(價值$288)
每節名額有限，請即致電預約
現享8折優惠，
人同行額外再減$300
Before
After
隱形眼線
個人化眉形
魔法潤唇
完成後每日只需塗上薄薄的粉底
便能達到完美裸妝的效果！
香港銅鑼灣糖街29-31號匯景商業中心2-4樓
(852) 2576 7227
www.tinghouse.com
2-4th Floor, Grand View Commercial Centre, 29-31 Sugar Street, Causeway Bay, H.K.
www.facebook.com/ting.house

07
Culture
exhibition

色盲

香港獨立唱作女歌手 Serrini 以色盲女生的角度，告訴大家色盲患者的世界甚麼都不缺少。



"Impression from Subjective mind"

Josea Bee 是一個繪畫藝術家，她訪問了 9 個色盲者，並將他們的故事畫成圖畫，其中一個包括她的色盲父親。她的畫作中總有一個器官，比喻一般人總將焦點放在色盲者的眼睛上，但當看他們其他器官，其實與一般人無異。作品是呈現一個金字塔形狀，底下用燈照出 colour wheel，其實是想説出她訪問後的發現：她以為色盲者會在生活上遇到很多困難、活得不快樂，但事實並非如此，打開心扉後，一點一滴累積著，活像一座金字塔。





"One/Beyond"

鄭智禮的作品是被一句説話所啟發：「如果沒有人跟你説草是綠色，草並不止限於綠色。」所以他嘗試拆解一幅純綠色的畫，抽出 20 萬個不同像素，在電視機裡播放出來。他想説明的是，當我們要形容綠色時，字詞是多麼貧乏。他並非色盲者，但他選綠色的原因是，9 成第 2 色盲的人對綠色不太敏感，這跟阿聲選擇藍色的原因剛好相反。



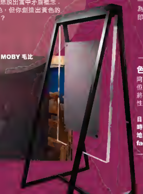
鄭智禮

"To Touch Colour"

毛比是一個廣告設計師，他想大眾重新經歷辨認顏色的過程，他用熱感紙造成 poster，讓人透過觸摸互動而感受變幻的顏色。更重要的是，poster 上印有 66 種黃色的盲人凸字，他想説出當中矛盾概念，盲人根本看不到黃色，但你創造出黃色的盲人凸字，豈不諷刺？



MOBY 毛比



"We are"

Yaumei 翁幼美是一個首飾設計師，她的作品是用三原色設計了兩個系列的首飾，一個是 A 至 Z，一個是十二星座，她認為如此分類包括了色盲人與非色盲人，即是「我們」。



色盲等於世界只看見黑白色？

阿聲解釋，大眾受電視劇影響荼毒太深，認為色盲等於看不見顏色，或者世界只有黑白色。但事實並非如此，一般色盲者都可以看見顏色，只是對個別顏色不夠敏感，處於一種未能將它確認的狀態而已。由於基因問題，男性比女性較易有先天色盲，男性大約是 8%，女性則只有 0.5%，主要是來自遺傳。

日期：即日至 6 月 22 日（逢星期一休息）
時間：14:00-20:00
地點：觀塘駿業里 10 號業運工業大廈 3 樓 C 座 LAB by Dimension+ HK
facebook：LAB by Dimension+ HK



40TH ANNIVERSARY
港樂 HKPhil
樂季壓軸 SEASON FINALE
首席贊助
太古
The MACALLAN Bravo Series
MENDELSSOHN
THE INCIDENTAL MUSIC TO
SHAKESPEARE'S
A MIDSUMMER NIGHT'S DREAM
孟德爾遜
《仲夏夜之夢》
WITH WELL-KNOWN TEXT FROM THE PLAY
RECITED BY ACTORS FROM THE STAGE OF THE
ROYAL SHAKESPEARE COMPANY
ADAM LEVY
ALEXANDRA GILBREATH
NICHOLAS McGEGAN
指揮
葉葆菁
女高音
張吟晶
女中音
香港管弦樂團合唱團女聲部
4 & 5-7-2014 星期五、六 8pm
香港文化中心音樂廳
$420 $320 $220 $160
$220 $160 $110 $80*
* 全日制學生・60歲或以上・殘疾及綜援受惠人士
（額滿即止・此折扣不可與其他優惠同時使用）
梵志登 Jaap van Zweden
音樂總監 Music Director
現於城市電腦售票網發售
信用卡電話購票 2111 5999
網上購票 www.urbtix.hk
票務查詢 3761 6661
節目查詢 2721 2332
贊助
The MACALLAN
THE SINGLE MALT
hkphil.org

電影的社會力量

《逆權大狀》改編自八十年代轟動全球的「釜林事件」，講述南韓前總統盧武鉉不畏強權，為學生打官司，挑戰不平等法律。電影對白擲地有聲，衝突火花四濺，由法庭延伸至現實，展開一場關於公義、法律與民主的爭辯。

TEXT - LING DESIGN - QUEENIE



《逆權大狀》的觀影人次已經超過一千萬，成為韓國史上最受歡迎電影第五位，最近更獲得百想藝術大賞 2014 電影組別 2 項大獎，包括最佳電影及最高榮譽大獎──宋康昊。









國家屬於國民

電影裡，有句對白讓人特別深刻：「國家主權是屬於國民，所有權力由國民賦予，人民就是國家！」恰巧香港政治現實最近在白皮書作了論述，探討有關國家主權問題，頗值得大家深思。

站在雞蛋一方

電影講述稅務律師宋宇碩（宋康昊飾）本來不問世事，厭惡政治，但恩人的兒子振宇（任時完飾）受到國家安全法的無理控訴，屈打成招，他決定挺身而出踏上維權之路。宋宇碩自此站在雞蛋一方，振宇案結束後，他再因維權抗爭被捕，有 99 位律師站出來為他辯護。以此作結局收尾，看得出導演梁宇皙的悉心鋪陳：南韓人民曾經認為民主遙不可及，但現時回看，這些黑暗日子過去了，當每個個體都選擇站起來，最終達至公義或民主。在戲內，一個個律師在法庭內（literally）站起來，就有這種意義。

呼應歷史與現實

事實上，導演梁宇皙很喜歡改編真人真事的寫實電影（faction）：「我很喜歡反思現實人物的煩惱，以及探討電影及真實世界溝通的可能性。」他亦希望韓國年輕人可以透過電影，對這段八十年代的歷史感同身受，這就成了歷史在當下的最大意義。不過，現實總愛給人驚喜，《逆權大狀》上映後（事隔 33 年），韓國釜山地方法院於今年 2 月 13 日，宣判因「釜林事件」遭迫害的五名被告無罪，這是是繼電影《無聲吶喊》後，另一件於電影上映後重審而改變判決的案件，可謂發揮了對社會的影響力。



學音樂 更快樂

置身 20 呎不到的白色密室內，在四壁盡是隔音板的環境下練琴，相信是不少人的童年回憶吧！其實，音樂教育可以是一件更有趣味的事情，而良好的環境與氣氛，更是整個學習過程的關鍵之一，因此全新成立的非牟利機構「虎豹音樂基金」秉承著這個宗旨，期望為大眾帶來更多精彩的音樂學習體驗。



音樂激發好奇

糅合了東西方建築色彩的虎豹別墅、與致力於推廣中西音樂文化的「虎豹音樂基金」可謂不謀而合、在政府活化歷史建築伙伴計劃的支持下、別墅將活化為「虎豹樂園」、並擬於 2017 年成為基金音樂教育的大本營、且開放予大眾參觀。

虎豹音樂基金的執行長胡燦森（Roger）笑言、基金的營運宗旨並不是要為香港打造出一位新的郎朗或馬友友、而是希望藉著各式各樣的音樂活動、鼓勵大眾發掘更多生活上的趣味。「無論是交通燈的滴滴聲、還是跳繩時的躍動、音樂與節奏的元素總是充斥於我們的生活中、我相信它們都是生活中的一個靈魂、有了它、人生才會更覺豐盛。」與一般音樂學院不同的是、虎豹音樂基金在教授音樂知識時、更強調啟發大眾對音樂的興趣。「部分活動甚至連沒有音樂經驗的小朋友亦能參與、以啟發他們對音樂的好奇。」

重新體會音樂

身為建築師的 Roger、對空間與心情的聯繫分外敏感、而他的腦海亦早已繪出了一個理想的空間藍圖。「學習音樂既為一件樂事、那何必要將自己屈就在狹小的隔音室內呢？當別墅的工程竣工後、我希望每位前來體驗音樂樂趣的朋友在穿梭於樂園的優美環境時、可將『學音樂就是呆板』的形象擺脱、並相信學習音樂是一件很優雅的事情。」

要一睹虎豹別墅的新面貌確是需要多等一會、不過由基金所舉辦的活動卻已正式展開、並以小孩的音樂教育為起步點、為他們帶來更多新鮮的體驗。「就如我們在暑期舉辦的『兒童音樂 Do Re Mi』課程般、讓小孩可藉著各種感官體驗來感受音樂。學得好與否並不重要、重點是要給予他們更多感受音樂的機會。」其實 Roger 的兒子亦曾因參與過類似課程而主動要求學習大提琴、早前更憑著出色的演出而獲取了音樂獎學金、這正證明了透過培養興趣、小孩才有更廣更大的發展空間吧！

兒童音樂 Do Re Mi 暑期音樂工作坊

虎豹音樂基金特別邀得香港中樂團、香港奧福音樂協會及知名音樂家羅乃新合作、讓小孩能夠細味音樂世界裡的趣味。

日期：7 月 21 至 25 日（第一班）
7 月 28 日至 8 月 1 日（第二班）

時間：9am – 12nn

地點：香港真光中學（小學部）– 香港銅鑼灣大坑道 50 號

課程程度：入門級

學費：$1,500（設有助學名額予有需要人士申請）

查詢：3127 5503
網址：www.hawparmusic.org

* 額滿即止



虎豹音樂基金執行長
胡燦森

怪異鍵盤 du-touch ß



街頭演奏
du-touch ß

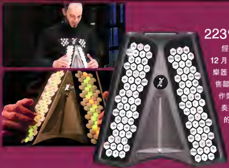
自小沒有受過樂器訓練，對於由高科技電子零件組裝而成的樂器，總是敬而遠之，因為感覺上很難學懂。反而會在旅遊時買些猶如玩具般的低技術樂器，以為會奏得更好，誰知道連奏一首生日歌也頻頻甩 beat。原來世上是有高科技又易學的樂器，名為 du-touch ß，外表帶點怪異的鍵盤樂器，早於 2012 年 12 月已誕生，絕對是樂器入門者的佳音。

TEXT · JILLSANDY DESIGN · W



順暢 dualo 鍵盤

學習樂器是一件需要付出的事，耐性、時間、心力缺一不可。事事講求效率的年頭，兩位音樂家和工程師於 2011 年創立的公司 Dualo，研發出一部能奏出不同曲風，而且簡單易學的鍵盤樂器 du-touch ß。將外觀有點怪異的 du-touch ß 置於腰間，雙手於發光的按鈕上舞動，鍵盤設計有別於常規鋼琴鍵盤，更接近於和聲學的佈局，被稱為 dualo 鍵盤。設計已被幾位音樂家證實，比傳統的樂器更易於學習，演奏方面自然更順暢。



223% 集資率

經過兩年研究開發，2012 年 12 月 Dualo 發佈了第一款限量版樂器 dualo du-touch ß，目前已經售罄。Du-touch ß 只有 29cm，操作類似電子琴，但卻不一定需要奏出琴音，變化更大。音域廣闊的 du-touch ß 能提供 5 個 ß 度，並內置合成器、多功能效果處理器、多軌循環器、音頻線路輸出和放大音頻耳機輸出，並可錄下剛演奏的樂章，重複播放並即時作出混音效果。樂器去年 7 月於 KissKissBankBank.com 集資成功，集資率達 223%，可見受歡迎程度。


香港文化博物館 HONG KONG HERITAGE MUSEUM
THE HONG KONG JOCKEY CLUB SERIES
香港賽馬會呈獻系列
高畑勳與宮崎駿動畫的秘密
Understanding the Secrets of Takahata and Miyazaki Animation
吉卜力工作室場面設計手稿展
STUDIO GHIBLI LAYOUT DESIGNS
2014 14/5→31/8
展出逾1,300張場面設計手稿，讓觀眾一窺
兩位日本動畫大師作品的不凡魅力。
The Hong Kong Jockey Club Charities Trust
卓椅非凡
穿梭時空看世界
THE EXTRAORDINARY
IN THE ORDINARY
CHAIRS FOR VIEWING
THE WORLD THROUGH TIME
7.6 – 15.9.2014
來自世界著名博物館的珍貴
寶座及椅子首次匯聚香港展出
開放時間：平日上午10時至下午6時，周末及公眾假期上午10時至晚上7時，逢星期二休館（公眾假期除外）
入場費：20元（標準票）、10元（優惠票）
「吉卜力工作室場面設計手稿展‧高畑勳與宮崎駿動畫的秘密」及「卓椅非凡：穿梭時空看世界」展覽套票：30元（標準票）、15元（優惠票）
☎：2180 8188
hk.heritage.museum
Visit HK Museums

FILM



《超級選拔戰》"Draft Day"

在國家美式足球聯盟「選秀日」當天，克里夫蘭布朗隊總經理桑尼韋佛，需要從兩百多名懷有熱切夢想的年青人中，選拔合適隊員以重建球隊聲望。然而面對球隊內部矛盾、敵方球隊的拉攏挖角戰、傳媒及民眾的肆意抨擊，桑尼的決定不僅改變自己的命運，同時亦改變這群年青人的未來，他如何擺平各方角力，挑選出最強陣容，重建球隊昔日光輝？

導演：Ivan Reitman
主演：Kevin Costner, Jennifer Garner, Denis Leary, Frank Langella

BOOK



《新聞的騷動》

當新聞支配了我們的日常，當中的喧鬧紛亂已經滲入了最深的自我當中，宛若另類的宗教信仰，我們需要有人幫助來適應新聞所造成的影響，包括心中因此出現的羨妒與恐慌、激動與挫折。作者分析了 20 種典型的新聞報導，引導我們產生適切的觀點，使我們體認到其實沒有甚麼事情真正算得上是完全新奇、值得訝異，或者恐怖至極，而這，正正與新聞報導的暗示恰恰相反。

作者：Alain de Botton
譯者：陳信宏
出版：先覺

MUSIC

"Ghost Stories" by Coldplay



花費超過一年的時間錄製，新專輯以忠實的 acoustic 呈現，捨棄過多的華麗修飾，添入適量的後期效果，加強氣氛營造，其中 'Oceans' 一曲主音 Chris 再度施展真假音的迷人轉換，企圖令樂迷回想 "Parachutes" 時期的美好。曲目中也有相當私密的部分，例如 'Always In My Head'，描寫主音 Chris 和影后 Gwyneth Paltrow 十年婚姻告終，對往日戀情仍念念不忘，低迷中藏著椎心刺骨的傷痛。

DVD



《古文明救兵》"The Monuments Men"

改編自全球暢銷讀本，當年希特拉率領納粹德軍，掠奪銷毀無數藝術和國寶文物，清洗他國歷史。美國總統羅斯福策動救亡大計，立刻組織一支一行 8 人的奪寶奇兵，然而全都是毫無實戰經驗的博物館館長、藝術歷史專家。他們縱使完全不擅打仗，卻位位身懷奇技，對藝術寶藏瞭如指掌。8 位民間英雄爭分奪秒，冒死從希魔手中拯救千年人類文明。

TV

《黑暗元首》"Dark Charisma of Adolf Hitler - Leading Millions in the Abyss"



無可否認希特拉是歷史上超凡的領導者，但同時卻留下一堆堆頹垣敗瓦及心靈創傷。然而至今還未有人正式探討過，為甚麼當時那麼多人願意追隨希魔。節目中曾經獲獎的歷史學家 Laurence Rees 向觀眾揭露希魔的魅力所在，除了前納粹分子的訪談之外，還透過日記、目擊證人的供詞等資料和戲劇重現，詳盡分析為何希魔的領導如此叫人不能抗拒。Ⓟ

首播：8 月 20 日（每逢周五　晚上 9 時）
頻道：BBC Knowledge（now 寬頻電視 220 台及有線電視 49 台）



國際綜藝合家歡
INTERNATIONAL ARTS CARNIVAL
11.7-17.8.2014
facehome
http://facehome.com/
Search
母親大人
Home
Now
facehome
愛面書
網遊仙境
母親大人
5999
718
Like · Comment · Share
導演
郭翠怡
編劇
鄧世昌
主要演員
柯嘉琪
邱頌偉
葉嘉茵
闖進網界熱點　陪你極速遊歷
一個先讚好後分享的無網之旅
香港文化中心劇場
18-19.7（五 - 六）　7:30pm
19-20.7（六 - 日）　3pm
$120, $180
粵語演出
每場演出後設演後座談會
全日制學生、六十歲或以上高齡人士、殘疾人士及看護人、
綜合社會保障援助受惠人士半價，演藝節目成人購票優惠高達八折
門票現於城市電腦售票網發售，詳情請參閱節目單張或瀏覽網頁
網上購票：www.urbtix.hk
信用卡電話購票：2111 5999
節目查詢：2370 1044
康樂及文化事務署主辦
www.hkiac.gov.hk

（廣告）



中銀信用卡旅行簽賬獎賞

中銀信用卡推出「全港旅行社高達 5% 簽賬獎賞」，即日至 8 月 31 日，憑中銀信用卡，聯營卡於全港旅行社單一簽賬每滿 $5,000 或以上，即享 3% 簽賬獎賞，使用「中銀銀聯雙幣信用卡」更可享 5% 簽賬獎賞。此外，中銀信用卡客戶於康泰旅行社，香港中國旅行社，捷旅假期，安達旅運，新航假期，太古旅遊及通濟隆旅遊簽賬，專享高達 $3,000 折扣優惠。

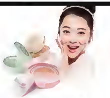
登記日期：即日至 9 月 2 日
登記電話：8228 2277（只需登記一次）
查詢：2108 3288
網址：www.boci.com.hk



eGG blue block 電腦屏幕專用眼鏡

數碼產品屏幕發出的強烈藍光，長時間使用會使雙眼容易疲勞。本地眼鏡品牌 eGG 推出的 blue block 電腦屏幕專用眼鏡，針對藍光問題設計平光鏡片，有效阻截有害藍光，紓緩眼睛疲勞，適合任何人士配戴！如客人要求升級至有度數 blue block 鏡片亦可，6 月 29 日前購買平光無度數 blue block 眼鏡更有折扣優惠。

銷售點：全線 eGG Optical Boutique
查詢：3102 3003
網址：www.eggoptical.com
facebook：EggOpticalBoutique



ETUDE HOUSE 氣墊式粉底霜

ETUDE HOUSE 打造 Precious Mineral Magic Any Cushion，是首個以不同底霜色調為主的完美底霜，採用革命性科技將液狀底霜注入充滿空氣感的氣墊，令底妝更見透明感，獨特調配種色調因應不同肌膚需要，輕輕一拍即可以讓泛紅，暗啞或蒼白肌膚回復猶如嬰兒般完美剔透的膚質，水潤明亮，締造無瑕妝容。

售價：$178 / 15g
查詢：2375 2875



皇室堡、銅鑼灣地帶及東角 Laforet 打造神秘精靈國度

今個夏日，皇室堡、銅鑼灣地帶及東角 Laforet 帶你走進魔幻奇趣的精靈世界，帶來風靡全日本的人氣繪本角色醜比頭，以繪本場景為藍圖，打造夏日精靈農莊，精靈家族部屋及仲夏精靈森林三大場景，期間限定奇趣精品店更將獨家出售行貨醜比頭日本進口精品等，消費滿指定金額更可免費換領主題禮品。

「皇室堡 X 醜比頭 夏日精靈農莊」
日期：6 月 28 日至 8 月 31 日
時間：10:00–22:00
地點：皇室堡地下中庭





九龍酒店「迷你酥皮奶黃月餅」

中秋將至，九龍酒店延續「迷你酥皮奶黃月餅」一貫出色及精細品質，每一件「迷你酥皮奶黃月餅」都是根據獨特秘方，逐一以人手巧製。鬆脆的酥皮外層，包裹著香濃的奶黃蛋黃餡料，吃罷滿口奶油香。手工製作的「迷你酥皮奶黃月餅」更不添加人造色素及防腐劑，秉承傳統良方，獻上經典滋味，數量有限，售完即止。

日期：6 月 23 日起接受預購
網上預訂：http://eshop.harbour-plaza.com/kowloonhotel
電郵預訂：於酒店網站下載訂購表格或參閱宣傳單張，填妥後電郵至 mooncakeklnh@harbour-plaza.com
網址：www.harbour-plaza.com/kowloon/SpecialOffer-dining-en.htm
查詢：2734 3840



香港人壽三項鐵人賽 2014

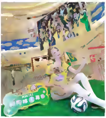
由「香港人壽」冠名贊助，香港三項鐵人總會主辦之「香港人壽三項鐵人賽 2014」已舉辦第三屆，賽事已於 6 月 1 日假沙田科學園創新路圓滿舉行。是次賽事反應非常熱烈，約 1,100 名運動員於不同賽程作大比併。大會今年繼續設有「傷健接力組」，「親子接力組」及「最佳造型接力組」，令賽事更多元化，推廣有益身心的運動。



Miele 全新衣物護理系列傳媒預覽

為配合全新衣物護理大型推廣 "Fashion That Never Fades"，德國高級家電品牌 Miele 舉行了一場別開生面的傳媒預覽會，展示品牌即將推出的 W1 洗衣機及 T1 乾衣機系列，能為顧客提供最個性化和適合不同衣物物料的洗衣功能，將創意及科技帶到更高的層次。

網址：www.mielelaundrycare.hk



Mikiki 狗狗世界盃

Mikiki 今年帶來人狗為之興奮的「狗狗世界盃」，顧客只要即場捐出 $50 予非牟利獸醫服務協會，即可與愛犬進入「狗狗睇波專區」欣賞當晚球賽。專區設有「迷你球場包廂」，並免費提供熱門球隊狗狗波衫及提神狗狗小吃。Mikiki 更與非牟利獸醫服務協會合作，於 6 月 22 日邀請神犬球星到場展示非凡球技。

日期：6 月 12 日至 6 月 29 日
時間：12:00 – 22:00
地點：新蒲崗太子道東 638 號 Mikiki 地下中庭
查詢：3980 9930
facebook：mikiki.mall
網址：www.mikiki-mall.com.hk



全新港鐵都會票
覆蓋7條路綫市區車站
中長途過海返工慳得多
連續30日
搭40程*
只需$400
*可以於任何連續30日內跨月搭40程
有關條款及細則詳情，請參閱
站內宣傳單張、瀏覽港鐵網站或掃描QR碼
www.mtr.com.hk
心繫生活每一程
MTR港鐵

(廣告)

新地九大商場呈獻 金球大抽獎

新地九大商場，包括 wtc more 世貿中心、將軍澳東港城、Mikiki、Landmark North 上水廣場、將軍澳中心、屯門錦薈坊、屯門卓爾廣場，荃錦中心及新領域廣場，呈獻「Go For Gold 金球大抽獎」，送出總值超過三十萬元的大禮。即日至 7 月 13 日期間消費滿 $200，即可參加抽獎，頭獎是價值 7 萬元的 999.9 純金足球擺設。

日期：即日至 7 月 13 日
時間：13:00 – 22:00
地點：各參與商場抽獎券及禮品換領站





腕錶品牌 Z Gallery 元創方新店開幕

備受注目的時尚腕錶品牌 ZERONE 化時間為藝術，凸顯佩帶者的個人風格及發掘時尚腕錶的新體驗。今年 5 月 ZERONE 更於 PMQ 元創方開設專門店 Z Gallery，齊集 ZERONE 歷年來的經典作品，當然少不了今年 ZERONE 推出的 crossover 腕錶系列 FACES，秉承一貫帶領潮流的作風，創出新突破，令人眼前一亮。



地點：中環鴨巴甸街 35 號 PMQ 元創方 B 座 H211 號舖 Z Gallery
查詢：3525 0396
facebook：ZEROneWatch

Bang & Olufsen 創新變革電視理念

Bang & Olufsen 透過創新的 BeoVision Avant 重新定義了電視機在家中的地位。BeoVision Avant 不僅植入了卓越超群的超高清（4K）視頻性能和令人驚歎的高保真效果，同時它還從對人們觀看電視的習慣以及高端多媒體娛樂、結合無與倫比的設計、實現了不可思議的便捷性、打造具備永恆價值的設計。



丹麥 LURPAK® 銀寶牛油

源自丹麥的 LURPAK® 銀寶牛油為一眾愛下廚的朋友，帶來 8 款美味獨特的食譜，香純軟滑的牛油配合簡易煮法，烹調出各款色香味非凡的菜式及甜品。大家可透過 facebook 參加問題遊戲，贏取「DayDayCook 冬甩 釀蘑菇烹飪班」參加名額。

日期：即日至 7 月 30 日
網址：www.daydaycook.com
facebook：Day Day Cook



144

CITIZEN L 女裝腕錶系列

CITIZEN L 是專為女士而設計的女裝腕錶系列，靈感來自自然美。最新推出的 FD4007-51W 及 FE2043-52A 型號腕錶，以 2-tone 顏色作搭配，玫瑰金錶圈分別配以不鏽鋼及香檳金色的錶殼錶帶，令簡約的 3 針腕錶變得不單調。而 FD4007-51W 型號腕錶在 3 時及 9 時位置的日期和星期小副盤、設計簡約、兼備實用價值。

查詢：2722 6868
網址：www.citizen.com.hk



捱夜睇波 飲清熱酷贏大獎

即日至 7 月 10 日，購買清熱酷產品滿 $20 或以上，以單一收據計算，以手機短訊發送姓名，身分證號碼首 4 位數字、購買地點、日期及時間（以 * 作間隔）到 9459 5815，即有機會贏取大獎 Samsung GALAXY Note3 Neo 智能手機（薄荷綠色）及國家隊球衣（2 名）或二獎 $400 運動用品禮券（32 名），參加次數不限。



查詢：2739 3133
facebook：SensaCools 清熱酷 _HK



Panasonic Life+ Screen 智能電視

Panasonic 推出全新揉合了簡易使用介面與超卓畫質的 Life+ Screen 電視系列。設計重點是多功能並同時兼備簡單易用的「非一般智能電視」，令用家更易找到喜愛觀看的內容。My Home Cloud 功能加強了電視與雲端的結合、用戶即使不在家、亦可透過流動智能裝置分享影片，文字訊息或資訊、屋內室外聯繫無間。

查詢：2833 0955
網址：www.panasonic.hk



日本 KOTORI 101 時尚耳機 正式抵港

KOTORI 101 耳機由 15 種顏色，15 款圖案，8 種水晶顏色及 4 款水晶圖案、分佈在耳機的 17 個不同部分、組合成無限個色彩繽紛的配搭風格、是市面上最多顏色配襯的耳機。KOTORI 101 耳機的設計共有「左右色彩變奏」、「blink blink 水晶」及「印花圖案」三個系列。3 個系列互相縱橫交錯，打破一般耳機單色的沉悶感，刺激視覺效果令大愛不釋手。

銷售點：Apple Store 網絡商店
建議零售價：$299 - $499
網址：www.niche-base.com
查詢：3996 9525
即日至 6 月 30 日於 Hong Kong Records 或 MaliMaliBox 購買 KOTORI 耳機，可享 75 折優惠。

相約在山頂
Rendezvous at The Peak
山頂纜車126周年

山頂纜車126周年呈獻
「相約在山頂」



「相約在山頂」網上遊戲，送出8,000套山頂纜車摩天套票(來回)

山頂纜車為慶祝126周年，由即日起至6月30日，登入山頂纜車官方網頁 **www.thepeak.com.hk** 參加「相約在山頂」遊戲，有機會獲得山頂纜車摩天套票(來回)兩張。名額8,000，請從速參加！



$8 ~~($18)~~

長者山頂晨運優惠

為答謝長者，由5月30日至7月31日，若您是65歲或以上的香港居民可於十時前享晨運優惠，於花園道山頂纜車總站以$8優惠價(原價$18)購買長者山頂纜車車票(來回)一張

優惠日期：
2014年5月30日至7月31日

優惠時段：
每天早上7至10時(以購票時間為準)

購票地點：
只限中環花園道山頂纜車總站

註：購票時須出示身份證/長者證

遊戲 1 一個難忘的山頂經歷



答中問題並分享您的山頂旅程，有機會獲得山頂纜車摩天套票(來回)兩張！

遊戲 2 我和纜車有個約會



上載1989年或以前您與山頂纜車合照的舊相片，有機會獲得山頂纜車摩天套票(來回)兩張！



全新

微電影「相約在山頂」

已於網上熱播！

一段山頂旅程，交織著不同人物的山頂歷程，讓您用另一角度體現山頂之旅！

請即登入山頂纜車官方網頁觀賞
www.thepeak.com.hk/minimovie.html

www.thepeak.com.hk

查詢：2849 0668


brother
at your side
享盡InkBenefit 同時嘆番下
05:19
送
MFC-J2510
HKD$2,198
送Starbucks Coffee Card
(價值 $300)
MFC-J2510 InkBenefit 彩色多功能打印機設計時尚纖薄，同時支援WiFi及A3打印。獨特的橫向打印技術，型格與功能俱備，享盡InkBenefit。
由2014年6月1日至7月31日購買 MFC-J2510 InkBenefit 即送Starbucks Coffee Card (價值 $300)，讓你工作同時嘆番杯。條款及細則可留意宣傳單張或Brother網頁 http://www.brother.com.hk/?id=938
Hotline 3187 0500 Website www.brother.com.hk
brother hong kong